

# ناممکن روحانی مشکلات لا علاج جسمانی بیماریاں

آزمودہ اور یقینی علاج کے لئے ماہنامہ عبقری سے دوستی

گھر بھر کی جسمانی بیماریوں، ذہنی الجھنوں اور روحانی مسائل کا حل۔

لاہور

ماہنامہ عبقری®

ستمبر 2007ء بمطابق شعبان 1428 ہجری

بازوق مردوں اور باوقار خواتین کے لئے جسے بچے بھی پڑھ سکتے ہیں۔

ریت پر روضہ کا نمونہ بنائیں اور دیدار رسول ﷺ سے مستفید ہوں  
ماؤں کی غذا بچے کے لیے شفاء  
قوت حافظہ کیسے بگڑتی ہے کیسے سنورتی ہے  
رو کر دعا مانگنے والے پر دیسی کی غم زدہ آپ بیتی  
کلو نجی الجھے بیمار بالوں کے لیے تریاق ہے

جنسی صحت پر ذہنی رویے کے اثرات

سب زمین میں دھنس گئے

چائے کی پتی سے آنکھوں کے لا علاج امراض ختم  
چار نورانی اسم پڑھ کر ہر مقصد حاصل کریں



عَبْقَرِيَّ حَسَانٍ ءَ فَبَايَ الْآءِ رَبِّكُمَا تُكَذِّبِينَ ۝ القرآن



حضرت خواجہ سید محمد عبداللہ ہجویری عبقری مجذوب رحمۃ اللہ علیہ



جناب حکیم محمد رمضان چغتائی رحمۃ اللہ علیہ



شیخ الحدیث حضرت مولانا محمد عبید اللہ المفتی دامت برکاتہم العالیہ



حضرت مولانا محمد کلیم صدیقی دامت برکاتہم العالیہ (مہلت)



شمارہ نمبر 3 جلد نمبر 2 ستمبر 2007ء، مطابق شعبان 1428ھ

فرقہ واریت اور سیاسی تعصبات سے پاک

# عبقری

ماہنامہ

لاہور

ستمبر 2007ء

روحانی و جسمانی صحت کا ضامن، مرکز روحانیت و امن کا ترجمان

حکیم محمد طارق محمود عبقری مجذوبی چغتائی

حکیم محمد خالد محمود چغتائی، قتل الہی نشی، حاجی میاں محمد طارق  
ملک خادم حسین، قانونی مشیر: سید واجد حسین بخاری (ایڈووکیٹ)

قیمت فی شمارہ اندرون ملک سالانہ (مع ڈاک خرچ) بیرون ملک سالانہ (مع ڈاک خرچ)  
15 روپے 180 روپے 40 امریکی ڈالر

انجینیئر ہولڈر اپنی مہر لگائیں/مدید دینے کے لیے اپنا نام لکھیں/زیر سالانہ ختم ہونے کی اطلاع

نہایت توجہ: ہر رسالہ کے بیرونی لفافہ پر خریداری نمبر اور مدت خریداری درج ہوتا ہے اگر زرسالانہ ختم ہو چکا ہے تو -180 روپے منی آرڈر کریں یا فون (042-7552384) پر رابطہ کر لیں تاکہ آپ کو مسلسل رسالہ ملتا رہے۔ رسالہ نہ ملنے کی صورت میں خریداری نمبر ضرور بتائیں تاکہ آپ کو مکمل معلومات دی جاسکے۔ رسالہ حاصل کرنے کی آسان صورت یہی ہے کہ آپ اخبار فروش سے طلب کریں۔

مستقل پتہ دفتر ماہنامہ ”عبقری“ مرکز روحانیت و امن

78/3، مزنگ چوگنی، قریبہ چوک، یونائیٹڈ بیکری

اسٹریٹ جیل روڈ لاہور 0322-4688313 042-7552384

Website: www.ubqari.net Email: ubqari@hotmail.com

فہرست مضامین

1. اقوال حضرت اقدس شاہ عبدالعزیز دہلوی
2. درس ہدایت
3. خواتین اور مردوں کے لیے مفید ورزشیں
4. با مقصد آدمی کبھی محروم نہیں ہوتا
5. حضرت علی رضی اللہ عنہ کی انوکھی تجارت
6. خواتین پوچھتی ہیں؟
7. پہلے بوشرا یا فائدہ بھر کر کھانے کا ذائقہ دار خیال
8. عبقری کے بکوان
9. 10 روکر دعا مانگنے والے پر دیکھی کی غم زدہ آپ بیتی
10. آپ کو کش کر کے اپنا وزن کی کلگرام کم کر سکتی ہیں تاکہ حسن و جمال میں زوال نہ آئے
11. 12 یا رسول اللہ مجھے اپنے ساتھ لے چلیے
13. 13 میں شراب پینے لگتا، وہ آ کر شراب گرا دی
14. 15 کالی دنیا کالے عامل اور ازلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآن طاقت کا کمال
15. 16 خوشگوار ازدواجی تعلق کی دشمن عادات
17. 18 دشمن مر جائے تو خوش نہ ہوں
19. 19 قارئین کی خصوصی تحریریں
20. 20 لا علاج بیمار یوں کا حقیقی علاج صرف عبادات میں
21. 22 نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج
22. 23 انجانے خوف، ڈپریشن اور واپس مریضوں کے لیے روحانی نوک
23. 24 قدرت کا کرشمہ دیکھنے میں اچانک تندرست ہو گیا
24. 25 آپ کا خواب اور تعبیر
25. 26 لوگ نماز کے وقت مسجد میں جاتے ہیں اور وہ ہاتھ روم میں
26. 27 آئیں مل کر دعا کریں
27. 28 جسمانی بیماریوں کا شافی علاج
28. 30 پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک
29. 32 آئینہ میں اپنی شکل نے اللہ کے سینکڑوں انعامات یاد دلانے
30. 33 اتمہار کے زبردست کمالات اور صفات
31. 34 اجراع حسنت کی برکات
32. 35 روحانی بیماریوں کا روحانی علاج
33. 36

ٹھہریے پہلے اسے پڑھئے

اگر آپ ”عبقری“ کا اجراء کرنا چاہتے ہیں تو اس کا زرسالانہ -180 روپے ہے۔ اپنا پتہ اردو میں، واضح اور صاف صاف تحریر کریں۔ جواب طلب امور کے لیے جوابی لفافہ آنا ضروری ہے ورنہ معذرت۔ ہر ماہ پوری فکر کے ساتھ آخری تاریخوں 26 تا 28 میں رسالہ خریداروں کے نام روانہ کر دیا جاتا ہے۔ تاکہ یکم سے قبل آپ کو مل جائے اسکے باوجود رسالہ محکمہ ڈاک کی غفلت کا شکار ہو جاتا ہے۔ اس سلسلہ میں گزارش ہے کہ قارئین چار پانچ روز انتظار کر لیا کریں کیونکہ بعض دفعہ ٹھیک دوسرے دن یا پھر کئی روز بعد پہنچ پاتا ہے اور بار بار ایسا اتفاق بھی ہوا ہے کہ یہ اطلاع دی گئی کہ رسالہ بروقت پہنچ گیا تھا لیکن کوئی اور صاحب پڑھنے کے لیے لے گئے تھے۔ اس لیے پوری تحقیق اور کم از کم ایک ہفتہ کے بعد بھی نہ ملے تو اطلاع کریں۔ آئندہ ماہ پیش ڈاک سے روانہ کیا جائیگا اور یہ بھی خیال میں رہے کہ ادارہ کے ذمہ پوری فکر کے ساتھ ڈاک کے حوالہ کر دینا ہے نہ کہ آپ کے ہاتھوں میں پہنچانا ہے۔ اس لیے ان وجوہات کی بنا پر ہم اپنے قارئین کو اس طرف متوجہ کر رہے ہیں کہ آپ اپنے اخبار فروش یا قریبی بک سٹال سے طلب کریں اور اگر وہ نئی میں جواب دے تو اسکو پیار محبت سے ترغیب دیں کہ یہ ایک روحانی رسالہ ہے اس کو چلانے میں دین و دنیا کو فائدہ ہوگا اور اس کو مکمل تعاون کی یقین دہانی کرائیں۔ اس طرح یہ رسالہ تھوڑی سی کاوش سے گھر گھر پہنچ سکتا ہے۔ تقسیم اور ایصال ثواب کے لیے خصوصی رعایت حاصل کیجئے۔

فون نمبر 042-7552384

ماہنامہ عبقری قریبی بک سٹال یا اخبار فروش سے طلب کریں

## اقوال حضرت اقدس شاہ عبدالعزیز دہلویؒ

- (1) پوری امت کی حیات کا مسئلہ حسن نیت کے ساتھ صحیح اصولوں کے مطابق دعوت پر موقوف ہے۔
- (2) کسی شے میں اتنا جلد تغیر نہیں آتا جتنا کہ نیت میں فتور میں آ جاتا ہے۔ اس لیے نیت کو بار بار نوازا جائے اور حسن نیت کو تازہ کیا جائے۔
- (3) تجدید نیت ضروری ہے۔ نیت میں بہت جلد تغیر و فتور آ جاتا ہے۔ کپڑا اتنا جلدی نہیں پھٹتا، مکان بہت جلد پرانا نہیں ہوتا، کھانا بہت جلدی نہیں سڑتا مگر نیت میں رگڑ بہت جلد آ سکتا ہے۔ لہذا اپنی نیت کو بار بار نوازا جائے، بجائے مخلوق کو راضی کرنے کے خالق کو راضی کرنے کی کوشش کریں۔
- (4) **اخلاص کسے کہتے ہیں؟** کسی شے کو خالص رکھنا یہی اخلاص ہے جسے خالص سونا ہے۔ جس میں تیل یا طمع نہ ہو، خالص چاندی وہ ہے جس میں رنگ کا کمی، گلٹ وغیرہ شامل نہ ہو، خالص گھی وہ ہے جو اصلی اور زراعتی ہو جس میں چربی یا مصنوعی گھی کی ملاوٹ نہ ہو، شہد خالص وہ ہے جو محض زراعتی ہو، ہم رنگ و ہم ذائقہ شے ملانے سے پھر وہ خالص نہیں مانا جاتا نخالص ہو جاتا ہے۔ اسی طرح اللہ تعالیٰ کے دین، عبادت اور ہر نیکی تب قبول ہوتی ہے کہ جب خالص ہو۔ نیکی کر نیوالے کا مقصد یہاں نہ ہو۔ محض اللہ کی رضا پیش نظر ہو۔ اس لیے ریا سے بچنے کی خاص تاکید فرمائی گئی ہے۔ حدیث مستند میں اس کو شرک اصغر قرار دیا ہے۔ اللہ تعالیٰ ہم سب کو معاف فرمائے اور آئندہ ہر قسم کی ریاکاریوں سے محفوظ فرمائے۔
- (5) عمل میں کوئی چیز پر نظر پڑ گئی، دیکھ کر دل میں خیال آیا، بعد عمل، دعوت اور نماز کے بعد پھر آ کر لوں گا، تو اسے بھی صحیح نیت کے خلاف سمجھ کر نہ اٹھائے تو اچھا ہے۔
- (6) **ہمیشہ نماز میں یہ کہتے ہیں:** ”نماز واسطے اللہ کے“ پھر اگر نماز دوسروں کو دکھانے کے لیے پڑھی جائے تو کیا یہ اس کا کہنا صحیح ہو سکتا ہے کہ ”نماز واسطے اللہ کے“۔
- (7) **اعمال صالحہ کسے کہتے ہیں؟** جو عمل محض اللہ کی رضا کے لیے کیا جائے اور نبی کریم ﷺ کے طرز طریق کے مطابق ہو اور زمانہ خیر القرون میں اس نیکی کو نیکی مانا گیا ہے تو وہ عند اللہ عمل صالح ہے اگر یہ دونوں شرطیں نہ پائی جائیں گی تو وہ عمل صالح نہیں مانا جائے گا۔ اور اگر ایک شرط ہو ایک نہ ہو تب بھی وہ عمل صالح نہیں مانا جاتا۔
- (8) **توحید:** ”وَلِیْفَ یَغْفِرَی“ جمع انبیاء کا سب سے اہم یہی مبارک وظیفہ یعنی ”لا الہ الا اللہ“ جس سے دو یقین نکلتے ہیں۔ ایک یقین تو کہیں سے کچھ نہ ہونے کا یقین یعنی لا الہ دوسرا یقین الا اللہ سے ثابت ہے، سب کچھ ایک اللہ سے ہونے کا یقین۔ ان ہی دونوں یقیقوں کی دعوت انبیاء کا وظیفہ اور معمول رہا ہے۔ یہی سب کے لیے مدارجات ہے۔
- (9) **ایمان:** اللہ کے سارے وعدوں پر پورا پورا یقین رکھنے کا نام ایمان ہے۔
- (10) دعوت کے بہت سے فوائد ہیں ان میں اسے چند یہ ہیں کہ جب اللہ رب العالمین کی ذات عالی پر دل میں یقین جم جاتا ہے، صحیح دیکھنا، صحیح سننا، صحیح بولنا، طبیعت پر قابو پانا، مخلوق الہی پر بجائے نفرت اور بیزاری کے ترس کھانا اور کرکھن ہونا پیدا ہو جاتا ہے۔ تکبر کی بجائے تواضع ہونے لگتی ہے۔ دعوت میں لگ کر صبر کی اچھی مشق ہو جاتی ہے۔

(بحوالہ اقوال اولیاء۔ چالیس پاکباز ہستیوں کے پاکیزہ اقوال صفحہ نمبر 71 تا 72)

## آزمودہ راز بہترین تجربات

ہر ماہ ایک پرانے آزمودہ کار معالج کے سینے کے راز آپ کے لیے

### دائمی قبض

ہر بڑا ایک تولہ، جب النیل بریان ایک تولہ، سفویا انگریزی ۶ ماشہ، مصر ایک تولہ، جملہ ادویات باریک پس کر کپڑہ میں چھان کر بادام روغن ۶ ماشہ سے جرب کریں اور قدرے عرق گلاب اضافہ کر کے چنے کے برابر گولیاں بنادیں۔ بقدر خوراک ۲ سے ۳ گولیاں وقت شب ہمراہ نیم گرم دودھ۔ (عطیہ آزمودہ تجربات حکیم فضل محمد)

### برائے علاج دمہ

جنگلی تمباکو، برگ جوز ماش ہر دو کو دھوپ میں سوکھالیں اور کوٹ کر بحساب فی تولہ ۳ ماشہ نوشار ملا کر محفوظ رکھیں، پرانے دمہ کے دورہ کی حالت میں اس پوڑ کو تھوڑا سا آگ پر ڈال کر مریض کو کپڑا اوڑھ کر دھونی دلا دیں دورہ فوراً رفع ہو کر مریض اچھا بھلا ہو جاوے گا۔

### خارش اور جملہ امراض جلد

گندھک آملہ سارشات تولہ، روغن تل مقشہ ۱۲ تولہ، روغن کوآگ پر گرم کریں، اور گندھک آملہ سار کا سفوف کر کے روغن میں شامل کرتے جاویں۔ لکڑی کے دستے سے ہلاتے رہیں۔ گندھک آملہ سار روغن میں حل ہو جاوے گی اور روغن کا رنگ سرخ ہوگا، آگ سے اتار کر شیشی میں محفوظ رکھیں، اس روغن کو خارش اور جلد کے دانوں پر لگانا موثر بقدر قطرہ مناسب۔ بدرقہ سے خوردنی طور پر استعمال کرنا فساد خون اور اس کے متعلقہ امراض میں بہترین شفا بخش۔ بواہر کے لیے بھی روغن موثر ہے، مقامی اثرات یعنی بیرونی استعمال کے لیے گندھک آملہ سار کی مقدار کو موجودہ وزن سے دو چند کرنا زیادہ مفید ہے۔

### دردوں کو ختم کرنے والا لپ

کا فور ایک تولہ، ست اجوائن ۶ ماشہ، انجون ۲ ماشہ جملہ ادویات کو کھل میں حل کریں، روغن تل ۱۰ تولہ، موم سفید ۲ تولہ کوآگ پر گرم کر کے آگ سے اتار لیں، جس وقت روغن اور موم سرد ہو کر منجمد ہونے لگے تو محلول اول کو اس میں ملا دیں، اور شیشی مضبوط ڈال والی میں محفوظ رکھیں، مقام درد پر اس کی ماش فوری موثر ہے۔

### روغن مسکن ادوجاع

برگ قنب ۲۰ تولہ، برگ جوز ماش ۲۰ تولہ، ہر دو تازہ کو کوٹ کر گولیاں بنادیں روغن تل ۳۰ تولہ ایک اہنی کڑا ہی میں ڈال کر آگ پر رکھ دیں، جب روغن خوب گرم ہو جاوے گولیاں کیے بعد دیگرے اس میں جلائیں۔ حتیٰ کہ تمام گولیاں جل جاویں، گولیوں کو جدا کر کے روغن مقطر کر لیں اور محفوظ رکھیں عصبی اور مقامی دردوں کے لیے نہایت ہی مجرب ہے۔ مقام ماؤ ف پر ماش کر کے روٹی باندھیں۔

(بحوالہ حکماء کی زندگیوں کے طبعی نچوڑ، صفحہ نمبر 242، 243)

سمجھا ہی نہیں ہے۔ مومن اگر شیطان سے ایک دفعہ ڈسا جاتا ہے تو شیطان سے پھر نہیں ڈسا جاتا، اس کو کہہ دیتا ہے۔ تیری منزلیں اور ہیں میری منزلیں اور ہیں۔ تیری راہیں اور ہیں، میری راہیں اور۔

### ایمان کتنا قوی ہے؟

میرے دوستو! دنیا کی مصیبتیں اگر ختم نہ ہوئیں اور ایمان مل گیا، دنیا کی مشکلیں اگر ختم نہ ہوئیں اور ایمان مل گیا تو سودا سستا ہے۔ اگر دنیا کی ساری مصیبتیں ختم ہو گئیں، راحت، چین ساری آرزوئیں پوری ہو گئیں اور ایمان نہ ملا۔ یہ دنیا کا سب سے کمزور، سب سے غریب اور سب سے بے وقوف انسان ہے۔ جو اس دنیا سے ایمان کے بغیر جا رہا ہے۔

دولت، دنیا، روپ، جوانی گھٹنے بڑھتے سائے

یہ دنیا ہے دو چار دنوں کی انت کوئی نہ پائے

محترم دوستو! آخر کار اس دنیا سے رخصت ہونا ہے۔ ایمان کے بارے میں سوچیں میرا ایمان روز کتنا بڑھ رہا؟ اللہ کے سامنے حاضری ہوگی۔ اللہ دنیا کے بارے میں آخرت کے بارے میں پوچھے گا۔ ایک ایک چیز کے بارے میں سوال ہو گا۔ اور مومن سوال کی زندگی کے ساتھ چلتا ہے۔ کافر کے اندر یہ سوال کی زندگی نہیں۔ مومن کو یہ احساس ہے کہ میں نے ایک ایک سوال کا جواب دینا ہے۔ میرے دوستو اپنے ایمان کو جانچیں، ہمارا ایمان کتنا طاقتور ہے؟ ایمان کتنا قوی ہے؟ اللہ کی ذات یہ کتنا یقین ہے؟ مخلوق کی کتنی نفی ہے؟ اللہ سے کتنا ہونے کا یقین ہے؟ اعمال پر کتنا یقین ہے؟ جو ذکر کر رہے، جو تسبیحات کر رہے، جو نماز پڑھ رہے، جو اللہ کی طرف رجوع کر رہے، اس پر کتنا یقین ہے؟ اور دنیا کا کتنا یقین ہے اور دنیا کے لئے کتنا رجوع ہوتا ہے۔ (جاری ہے)

### اسم اعظم کی روحانی محفل

ہرمسئل کو بعد نماز مغرب ”مرکز روحانیت دامن“ میں حکیم صاحب کا درس مسنون اور شرعی ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور دعا کی روحانی محفل ہوتی ہے۔ اس میں اپنی روحانی ترقی اور پریشانیوں کیلئے شرکت فرمائیں۔ اپنی مشکلات، پریشانیوں کے حل اور دلی مرادوں کی تکمیل کیلئے خط لکھ کر دعاؤں میں شمولیت کر سکتے ہیں۔

## ہفتہ وار درس سے اقتباس

# درس ہدایت

حکیم محمد طارق محمود بقری مجددی چغتائی

### احساس باقی ہے

ندامت، گناہوں کا احساس یہی اصل چیز ہے۔ زندگی شب و روز اللہ کی نافرمانی میں گزرے۔ اللہ کی محبت سے دور گزرے، اللہ کو ناراض کرتے ہوئے گزرے، رزق بھی مشکوک کھایا۔ میری جھمپیں مشکوک تھیں۔ میری شامیں مشکوک تھیں۔ میرا کاروبار مشکوک تھا۔ میری زندگی کے شب و روز مشکوک تھے۔ میری نظریں مشکوک تھیں۔ میرے بول مشکوک، میری چال ڈھال مشکوک، میرا انداز مشکوک اور میری ساری کیفیتیں مشکوک تھیں۔ اے اللہ میں تجھے کون سی نیکی دکھاؤں جس میں ساری مشکوک چیزیں ختم ہو جائیں۔ میرے پاس کوئی نیکی نہیں ہے بس تو کرم فرما ہی دے۔ کسی تنہائی کے لمحے میں کسی کیفیت میں، کسی وقت میں اس کے اندر خوف آگیا۔ یہ ڈر گیا یہ سہ گیا۔ یہ بچ گیا۔ بس اس کو تقویٰ کہتے ہیں اسی کو احساس ندامت کہتے ہیں۔ اسی کو اللہ کی طرف رجوع کہتے ہیں۔ اسی کو عنایت کہتے ہیں۔ اسی کو اللہ کا دوست کہتے ہیں۔ گناہ کے بعد جب احساس ختم ہو جائے۔ اس پر روئے کتنے گناہ ایسے ہیں جس پر میرا احساس ختم ہو گیا۔ کتنے گناہ ایسے ہیں جس میں میرے اندر احساس باقی ہے۔ اگر سو فیصد احساس باقی ہے۔ اللہ کا شکر ادا بھی کرے اور اس پمخت کرے کہ میں گناہوں سے بچ جاؤں۔ اور اگر سو فیصد احساس باقی نہیں ہے۔ تو بس سمجھ لے کہ میری ساری زندگی برباد ہوگئی۔ میری کشتی ڈوب گئی۔ اس میں سارے سوراخ ہی سوراخ ہیں ایک سوراخ تو بند کر سکتا ہوں مگر اس میں سوراخ ہی سوراخ ہیں وہ ڈوب جائے گی بچ نہیں سکتی۔

مومن کی زندگی میں پھر بھی مایوسی نہیں ہے۔ یاد رکھنا۔ پھر بھی مایوسی نہ ہو۔ اللہ پاک فرماتے ہیں اے بندے تو نے اگر ساری زندگی سیاہ کر دی ہے، جھمپیں بھی سیاہ کر دیں اور شامیں بھی سیاہ کر دیں۔ میرے بندے میرا چاند بھی سیاہ کر دے میرا سورج بھی سیاہ کر دے۔ میری زمین بھی سیاہ کر دے میرا آسمان بھی سیاہ کر دے۔ تو کر نہیں سکے گا۔ سارے عالم کو سیاہ

کر دے گناہوں سے، تو کر نہیں سکے گا مگر ایک دفعہ کہہ دے اللہ معاف کر دے۔ میرے بندے معاف کر دوں گا۔ میرے بندے تو معافی مانگتے مانگتے تھک جائے گا۔ میں معاف کرتے کرتے نہیں تھکوں گا۔ تو گناہ کر پھر معافی مانگ، پھر گناہ کر پھر معافی مانگ، تو معافی مانگتے مانگتے تھک جائے گا، میں معاف کرتے ہوئے نہیں تھکوں گا، کیوں؟ میں کریم ہوں اور کریم کے پاس جو آتا ہے وہ خالی نہیں جاتا۔ ارے اللہ پاک اتنا فیض والا ہے۔ اتنی کریمی اور کرم والا ہے کہ مجرم بندھے ہاتھوں، رنگے ہاتھوں سامنے جائے اور کہہ دے معاف کر دے آئندہ نہیں کروں گا میرا اللہ معاف فرما دیتا ہے۔

### میں گناہوں کو بھی بھلا دوں گا

ایک توبہ ہوتی ہے اور ایک استغفار ہوتا ہے۔ استغفار ہے کہ معاف کر دے اور توبہ ہے آئندہ نہیں کروں گا۔ اللہ پاک فرماتے ہیں کہ بس تو آجا میرے دروازے پر، تجھے معاف کر دوں گا۔ ایسا معاف کر دوں گا کہ گناہ سارے کے سارے فرشتوں کو بھی بھلا دوں گا۔ کہیں قیامت کے دن فرشتے گواہ نہ بن جائیں اور عجب بات بتاؤں فرمایا ایسا معاف کروں گا۔ جن جگہوں پر تو نے گناہ کئے ان جگہوں کو بھلا دوں گا۔ جو لوگ تجھ پر، گناہ پر گواہ تھے ان کو بھلا دوں گا۔ اور حتیٰ کہ تیرے جسم کے انگ انگ، تیرے جسم کا حصہ حصہ قیامت کے دن تیرے گناہوں کی گواہی دے گا۔ ان کو بھلا دوں گا۔ کرانا کا تین، جو کندھوں پر فرشتے بیٹھے ہیں ان کو بھلا دوں گا۔ اور نامہ اعمال سے تیرے گناہ مٹا دوں گا۔ اچھا میں تیرے ساتھ اور کریمی کرتا ہوں۔ تو میرا بندہ جو ہوا اور میں تیرا رب اور کریم جو ہوا۔ جب تو میرے دروازے پہ آئے گا۔ تو آ کے ندامت سے گناہوں کی معافی مانگے گا۔ میں گناہوں کو بھی بھلا دوں گا۔ بلکہ گناہوں کے برابر اتنی ہی نیکیاں دے دوں گا بلکہ اس سے بھی کہیں زیادہ نیکیاں دے دوں گا۔ مومن کے اندر احساس ہوتا ہے۔ یاد رکھو، سب سے بڑا دھوکہ دینے والا شیطان ہے۔ ہم نے اس کو دھوکہ دینا کبھی

# ماؤں کی غذائے بچے کے لیے شفاء

احسن

اور ساگ ایک حاملہ خاتون کے لیے بہت مفید غذائیں ہیں بشرطیکہ یہ تمام اشیاء اتنی مقدار میں کھائی جائیں جس سے ہمارے جسم کی تمام ضروریات پوری ہوں یا جسم کو وہ تمام حرارے ملیں، جس کی اس کو ضرورت ہے۔ ہرے پتوں والی اور تازہ سبزیاں کھانے سے ایک ماں نہ صرف اپنے جسم میں خون کی کمی دور کر سکتی ہے بلکہ اپنی نظر کو بھی فائدہ پہنچا سکتی ہے۔ اگر ہمارے ملک کی غریب ماؤں کو دال، روٹی، لسی، ساگ، سبز اور تازہ سبزیاں مہیا ہیں تو ہم یقین سے کہہ سکتے ہیں کہ اس کو متوازن غذا مل رہی ہے۔

ان لوگوں کو جن کی تنخواہ کم ہوتی ہے۔ چاہے کہ وہ گھر میں سبزیاں اگائیں۔ مرغیاں پال کر اور سبزیاں اگا کر گھریلو خوراک کی ضروریات بہت حد تک پوری کی جاسکتی ہیں۔ اسی طرح دیہات کے گندے جو بڑوں میں مچھلیاں پالی جاسکتی ہیں۔ اس کا طریقہ یہ ہے کہ کچھ مچھلیاں ان میں چھوڑ دی جائیں۔ اس سے نہ صرف گندے پانی کے جو بڑ صاف ستھرے تالاب میں تبدیل ہو جائیں گے بلکہ مچھلیوں کی افزائش بھی کچھ حد تک ہو سکے گی اور اس علاقے کو حیواناتی خوراک مہیا ہو سکے گی۔ مرغیاں پالنا، سبزیاں اگانا اور مچھلیوں کی افزائش بہت ہی مفید مشغلے ہیں جس سے ماؤں اور بچوں کو مکمل خوراک حاصل ہو سکتی ہے۔ جو عورت بچے کو جنم دے چکی ہو اس کے لیے بھی متوازن غذا بہت ضروری ہے، کیونکہ اس نے اپنے بچے کو دودھ پلانا ہوتا ہے، اس کے لیے عام آدمی کے مقابلے میں روزانہ سات سو حرارے زیادہ لینے ضروری ہیں۔ ایک ماں کو چاہئے کہ وہ بچے کو اپنا دودھ پلائے، کیونکہ یہ ہر طرح سے بچے کے لیے بھی فائدہ مند ہے اور ماں کے لیے بھی۔ ماں کا دودھ پینے سے بچہ بہت سی بیماریوں سے محفوظ رہتا ہے۔ پہلے چھ مہینے ماں کا دودھ ہی بچے کی ہر ضرورت کو پورا کر دیتا ہے۔ چھ مہینے کے بعد ماں کو چاہئے کہ وہ بچے کو اپنے دودھ کے علاوہ اور بھی غذائیت (بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

حیواناتی اور نباتاتی محاصل مثلاً مکھن، بنا پتی گھی، زیتون کا تیل، مچھلی کا تیل وغیرہ۔

دوسرا گروپ: جسمانی نشوونما اور شکست و ریخت کی اصلاح کے لیے: حیواناتی غذائیں مثلاً دودھ، انڈے، ہر طرح کا گوشت نباتاتی غذائیں مثلاً دالیں، مونگ پھلی، بادام، تل وغیرہ۔

تیسرا گروپ: سبز پتوں والی سبزیاں مثلاً سلاد، چغندر، گاجر، مولی، شلغم، گوہی، پالک، ٹینڈے، کدو وغیرہ۔

یہاں ہم اس بات کی وضاحت کرتے چلیں کہ ہم ان ماؤں کی صحت کے بارے میں فکر مند ہیں جو افلاس کا شکار ہیں اور وہ غذائیت سے بھرپور خوراک جو کہ ایک حاملہ یا پیدائش کے بعد عورت کو ملنی چاہئے، نہیں حاصل کر سکتیں کیونکہ یہ غذائیں بہت مہنگی ہوتی ہیں اور ہمارے ملک کی غریب خواتین انہیں خریدنے کی استطاعت نہیں رکھتیں۔ ایسی ہی ماؤں کے لیے جو کہ تنگ دستی کا شکار ہیں متوازن خوراک کو جو بیز کرنے سے پہلے ہمیں تین باتوں کو مد نظر رکھنا چاہئے۔

☆ گھر کی یا خاندان کی مالی حالت۔ ☆ حاملہ کی یا پیدائش کے بعد ماں کی ضروریات ☆ کیا چیز میسر آ سکتی ہے؟

ایسی صورت حال میں خوراک تقسیم کرتے وقت اہمیت خاندان کے اس فرد کو دینی چاہئے جو اس کا سب سے زیادہ حق دار ہے۔ مشرقی معاشرے میں باپ کو سب سے زیادہ حصہ ملتا ہے اور جو بچ رہتا ہے وہ کہنے کے باقی افراد کو کھاتے ہیں۔ اگر ہم حاملہ کی ضرورت کو مد نظر رکھیں تو اس کو ایک انڈا ضرور ملنا چاہئے (اگر وہ لوگ مرغیاں پالتے ہیں) اور اس کے شوہر کو چاہئے کہ وہ اپنی ضرورت انڈے کی بجائے اس کے متبادل یعنی نشاستہ دار خوراک اور چینی سے پوری کرے۔ حاملہ عورتوں کو حیاتین سب سے زیادہ مفید ہوتے ہیں۔ مگر چونکہ بہت مہنگے ہوتے ہیں اس لیے مائیں اس کے متبادل یعنی اناج، دالیں اور مختلف قسم کی پھلوں سے اپنی جسمانی ضروریات پوری کر سکتی ہیں۔ لسی بھی غذائیت سے بھرپور ایک مشروب ہے۔ جس میں چکنائی کے سوا تمام غذائی اجزاء پائے جاتے ہیں۔ یہ خیال کیا جاتا ہے کہ مولی، گاجر، لسی، دال روٹی

یہ ایک اٹل حقیقت ہے کہ ہر ماں کی صحت و تندرستی ہی معاشرے کے ہر فرد کی صحت کی بنیاد ہے اور یہ کہنا بے جا نہ ہوگا کہ اگر ایک ماں صحت مند ہے تو سارا کنبہ صحت مند ہوگا، کیونکہ تندرست ماں نہ صرف ایک صحت مند بچہ پیدا کرتی ہے بلکہ ایک توانا اور خوشحال ماں سے سارا گھر بھی خوشیوں سے بھرا رہتا ہے، کیونکہ ماں ہی ایک ایسا فرد ہے جو ایک گھر کو جنت کا مقام دیتی ہے۔ ایک عورت، خاص کر حاملہ عورت کے لیے غذائیت بنش خوراک، نہ صرف اس کے اپنے لیے بلکہ اس کے ہونے والے بچے کی نشوونما کے لیے بھی ضروری ہے۔ اسی طرح جو عورت بچے کو اپنا دودھ پلاتی ہو، اس کو چاہئے کہ وہ نہ صرف اپنی صحت کا خیال رکھے بلکہ اس بچے کی صحت کا بھی خیال رکھے جو صرف اس کے دودھ پر پل رہا ہے اور اپنی ساری غذائیت اپنی ماں کے جسم سے لیتا ہے۔ اچھی غذا سے مراد مہنگی اور مرغی غذا نہیں بلکہ اس سے مراد متوازن غذا ہے یعنی وہ غذائیں جو جسم کی ہر ضرورت کو پورا کریں۔ خوراک ہر وہ چیز ہے جسے ہم کھاتے ہیں اور غذائیت خوراک کے ان اجزاء کو کہتے ہیں جن سے ایک جسم کی صحیح نشوونما ہو سکتی ہے۔

متوازن اور اچھی غذائیں انسانی جسم کو مندرجہ ذیل بنیادی ضرورتیں فراہم کرتی ہیں۔

☆ طاقت اور قوت دیتی ہے۔ ☆ جسم کی نشوونما اور ٹوٹے پھوٹے خلیوں کی مرمت کرتی ہیں۔ ☆ جسم کو مختلف بیماریوں کا مقابلہ کرنے کے قابل بناتی ہیں۔

جسم کی مندرجہ بالا ضروریات پوری کرنے کے لیے انسان کو پانی اور ہوا کے علاوہ درج ذیل اجزاء کی ضرورت ہے:

☆ نشاستہ والی غذائیں یا کاربوہائیڈریٹس ☆ چکنائی یا روغنیات ☆ لحمیات ☆ حیاتین ☆ معدنی نمکیات

ہم مندرجہ بالا یہ اجزاء مختلف غذاؤں کے ذریعے حاصل کر سکتے ہیں جیسا کہ پہلے بتایا جا چکا ہے۔ کہ ہم غذائیں کس وجوہات کی بنا پر لیتے ہیں۔ ان مختلف خوراکوں کو ہم تین گروپوں میں تقسیم کر سکتے ہیں:

پہلا گروپ: طاقت اور قوت کے لیے: اناج اور سبزیاں مثلاً آنا، جوار، چاول، جو، باجرہ، چینی، گڑ، شکر قندی، کھجور، سبزیاں

## کراچی اور راولپنڈی میں ادویات

حکیم صاحب کی تمام ادویات کراچی اور راولپنڈی سے بھی حاصل کر سکتے ہیں۔ رابطہ کے لیے موبائل نمبر:

(1) کراچی کے لیے رابطہ: 0300-3218560

(2) راولپنڈی کے لیے رابطہ: 0333-5648351

051-5539815



## خواتین اور مردوں کے لیے مفید ورزشیں

**ہدایات :-** کوئی بھی ورزش شروع کرنے سے پہلے ان باتوں کا خیال رکھئے۔ (۱) اگر آپ کی عمر ۲۵ سال یا اس سے زیادہ ہے۔ تو کسی ماہر معالج سے اپنا طبی معائنہ کرائیں۔ (۲) دل کے مریض اپنے معالج سے مشورہ کر لیں۔ (۳) ورزش کے اوقات کا راستہ آہستہ آہستہ بڑھائیں۔ (۴) باقاعدہ ورزشیں شروع کرنے سے پہلے اپنے جسم کو گرم مالیں۔ یعنی اگر صبح کے وقت ورزش شروع کرنے لگیں تو آنکھ کھلتے ہی اپنے جسم کو بستر پر پھیلا لیں۔ ٹانگیں اوپر اٹھائیں اور خیالی طور پر سائیکل چلائیں۔ (۵) ورزش کے دوران اگر جسم میں کچھاؤ محسوس ہو یا سانس پھول جائے تو ورزش بند کر دیں۔ آج کل مرد اور خواتین موٹاپے سے عاجز آئے ہوئے ہیں اور اس سے نجات حاصل کرنے کے لیے قیمتی دواؤں اور سلنگ کلیٹکوں کا رخ کرتے ہیں۔ اکثر مستورات ڈائٹنگ کا سہارا لیتی ہیں جس سے جسم دبلا ہو جاتا ہے۔ مگر کئی دوسرے عوامل لاحق ہو جاتے ہیں۔ آسان ورزشوں سے کوہلے، پیٹ اور رانوں کی چربی گھل جاتی ہے اور جسم سٹامٹ اور خوبصورت نظر آنے لگتا ہے۔ یہ آسان ورزشیں آپ گھر میں ہی کر سکتے ہیں۔

## مردوں کے لیے ورزشیں

- (۱) سیدھے کھڑے ہو جائیں۔ پاؤں کھلے رکھیں۔ بازو سر سے اوپر اٹھائیں اور آہستہ آہستہ جھک کر زمین کو چھونے کی کوشش کریں اور پھر اٹھ کر پیچھے کی طرف جھکیں۔
- (۲) پشت کے بل لیٹ جائیے۔ دونوں پاؤں کے درمیان چھ انچ کا فاصلہ رکھیں۔ بازو پہلوؤں کے برابر ہوں۔ اسی حالت میں اٹھ کر سیدھے بیٹھ جائیں مگر ٹانگیں آگے کو سیدھی پھیل رہیں اور پاؤں زمین پر رہیں۔
- (۳) منہ کے بل لیٹ جائیں۔ دونوں ہتھیلیوں کو رانوں کے نیچے رکھیں پھر آہستہ آہستہ سر، کندھے اور دونوں ٹانگیں اٹھائیں، ٹانگیں بالکل سیدھی رہیں اور دونوں رانیں ہتھیلیوں سے جدا ہوں۔ (۴) منہ کے بل لیٹ کر ہاتھوں کو کندھوں کے نیچے رکھیں۔ (بقیہ صفحہ نمبر 33 پر)

ایک بچہ بچپن کے چند سال وطن میں گزار کر اپنے ماں باپ سے دور امریکہ میں رہنے لگا وہاں کئی برس بیت گئے اور اس عرصے سے اسے کوئی ویت نامی نہ ملا تو وہ اپنی مادری زبان بھول گیا۔ مگر جب واپس ویت نام گیا تو صرف چند ہفتوں میں روانی سے ویت نامی زبان بولنے لگا، کیونکہ یہ اس کی مستقل یادداشت میں محفوظ تھی جو کبھی ضائع نہیں ہوتی۔ ماہرین نفسیات کی تحقیق کے مطابق مادری زبان بارہ سال تک بالکل نہ بولی جائے تب بھی یاد رہتی ہے اور معمولی مشق کے بعد روانی سے بولی جاسکتی ہے۔ ایک ماہر نفسیات نے کسی معمار کا علاج کیا پینانزیم کے زیر اثر ایک ایسی دیوار کا نمونہ بنایا جو معمار نے بارہ سال پہلے تعمیر کی تھی۔ بظاہر وہ ڈیزائن بھول چکا تھا لیکن حقیقت میں یہ اس کے ذہن میں موجود تھا۔

کینیڈا کے نیوروجرن ڈاکٹر ولڈر نے انسانی دماغ میں کچھ حصے متعین کیے ہیں جن کا تعلق یادداشت سے ہے۔ ایک تجربے میں انہوں نے چھوٹا سا سوراخ کر کے اس میں دو تار مناسب مقامات پر جوڑ دیے اور کم و بیش کی میٹری سے برقی جھٹکے دیے۔ مریض برسوں پرانی بھولی ساری باتیں ایک بار پھر سننے لگا۔ ایک عورت نے اس تجربے کے دوران ایک ایسا گانا سنا جو اس نے بچپن میں ہالینڈ کے گھر میں سنا تھا۔ موجودہ تحقیقات کے مطابق دماغ میں ایک ایک یاد کئی کئی مقامات پر محفوظ ہوتی ہے اور آدھا دماغ نکال دینے سے بھی یادداشت پر قطعاً کوئی اثر نہیں پڑتا۔ کچھ لوگوں کی قوت حافظہ بہت تیز ہوتی ہے ایسے لوگ کسی چیز پر ایک نظر ڈال کر اس کی باریک سے باریک تفصیل بتا سکتے ہیں مگر ان کی تعداد خاصی کم ہے۔ ایک سکول ٹیچر کی یادداشت اتنی اچھی تھی کہ وہ کسی نظم کا ایک صفحہ پڑھ لیتی تو اسے یاد ہو جاتا تھا۔ اگر نظم کسی ایسی زبان میں ہوتی جو اسے نہیں آتی تھی تب بھی وہ شروع تا آخر نظم حرف بہ حرف سنا سکتی تھی۔ اپنی طالب علمی کے زمانے میں اس نے پوری پوری کتابیں حفظ کر لی تھیں۔

بڑھاپے میں اکثر یادداشت کمزور ہو جانے سے پریشانی پیدا ہو جاتی ہے۔ شاید اس کی وجہ یہ ہو کہ ۳۵ سال کی عمر کے بعد دماغ کے ہر درز تقریباً ایک لاکھ نیورون ضائع ہو جاتے ہیں اور ان کی کمی پوری نہیں ہوتی۔ لہذا دماغ کمزور ہو جاتا ہے۔ لیکن جدید تحقیق کہتی ہے کہ بڑھاپے میں خون کی نالیوں سخت اور دل کے (بقیہ صفحہ نمبر 14 پر)

## قوت حافظہ کیسے بگڑتی ہے؟ کیسے سنورتی ہے؟

کیا آپ کمزور یادداشت کی وجہ سے پریشان ہیں؟ کیا ایسا کبھی ہوا کہ آپ کمرے میں گئے لیکن یہ بھول گئے وہاں کیوں گئے تھے یا کوئی بات آپ کی زبان پر ہے مگر یاد نہیں آ رہی؟..... ان کیفیتوں سے گھبرانے کی ضرورت نہیں۔ آپ گراں قدر یادداشت کے مالک ہیں اور آپ کا دماغ ایک مربع انچ میں دس کروڑ سات لاکھ نو سو پندرہ اطلاعات جمع کر سکتا ہے۔ یہ بات بڑے سے بڑے کمپیوٹر کے بس میں بھی نہیں۔ حیرت کی بات یہ نہیں کہ آپ مختلف باتیں بھول جاتے ہیں بلکہ یہ ہے کہ اتنی ساری باتیں یاد کس طرح رہتی ہیں۔

محققین کے مطابق یادداشت دو قسم کی ہے ایک عارضی اور دوسری مستقل یادداشت..... عارضی یادداشت پر نفسیاتی اثر بہت نمایاں ہوتا ہے۔ مثلاً عام حالات میں ایک فون نمبر پڑھ کر اسے ڈائل کرنے تک یاد رکھ لیتے ہیں مگر جب کوئی پریشانی ہو تو ایک سے زیادہ مرتبہ دیکھنے کی ضرورت پیش آ جاتی ہے۔ آپ ایک جملہ پڑھتے ہیں اور الفاظ اس وقت تک یاد رہتے ہیں جب تک جملے کا مفہوم کچھ سمجھ میں نہیں آ جاتا۔ پھر آپ الفاظ بھول جاتے ہیں اور مفہوم ذہن میں رہتا ہے۔ یہ سب کچھ عارضی یادداشت کا نتیجہ ہے۔ مستقل یادداشت یوں ہے۔ دماغ ٹیلیفون کی طرح ہر کام مناسب نمبر پر ملا دیتا ہے۔ اگر آنے والا پیغام بہت اہم ہو تو خود بخود وہ پیغام مستقل یادداشت میں چلا جاتا ہے اور اگر زیادہ اہم نہ ہو تو عارضی یادداشت میں جمع رہتا ہے۔ مستقل یادداشت دماغ میں ہمیشہ موجود رہتی ہے۔ یہ تو ممکن ہے آپ کسی موقع پر کوئی بات یاد کرنے میں دشواری محسوس کریں لیکن وہ دماغ میں موجود ہوتی ہے۔ یادداشت کے لیے ترتیب بڑی اہمیت رکھتی ہے کیونکہ بے ترتیب اور بکھرا ہوا ذہن درست طور پر کام کرنے سے معذور ہوتا ہے۔ آپ کسی آدمی کو بس شاب پر کھڑا دیکھیں تو شاید نہ پہچان سکیں لیکن وہی شخص ایک مخصوص دکان کے کاؤنٹر پر ملے تو یقیناً اسے فوراً پہچان لیں گے۔ وجہ یہ ہے کہ آپ کا ذہن اس شخص کو دکان کے مالک کی حیثیت سے جانتا ہے۔ اس سلسلے میں چند مثالیں بڑی دلچسپ ہیں۔ ویت نام کا

## بامقصد آدمی کبھی محروم نہیں ہوتا

مولانا عبدالرحمن خاں

ضلع حسن (کرناٹک) میں ایک گاؤں ہے جس کا نام تھیرگھہ ہے یہاں ایک شخص لچھ نائک نامی تھا جو ایک جھونپڑے میں رہتا تھا، اور چوکیداری کا کام کرتا تھا۔ اس کے چار بچے تھے۔ اس نے طے کیا کہ وہ اپنی تین لڑکیوں کو دیوی چمنڈیشوری پر بھیجتا چڑھا دے۔ ۱۲۳ اپریل ۱۹۸۸ کو وہ دیوی کی صورت لیکر آیا۔ اس کی پوجا کی اور اس کے بعد اپنی تین لڑکیوں (ڈیڑھ سال، تین سال، تیرہ سال) کو درختی سے ذبح کیا۔ اس کے لڑے راج کمار (۸ سال) نے مزاحمت کرنی چاہی تو اس پر بھی حملہ کر دیا جس کے نتیجے میں اس کا دایاں ہاتھ کٹ گیا۔ اس مجنونانہ حرکت کے بعد وہ بھاگ کر باہر چلا گیا۔ چار دن بعد اس کی لاش آم کے ایک درخت سے لٹکی ہوئی پائی گئی۔ مذکورہ خطی کی بیوی لٹی تھما (۳۵ سال) کو چیف نشرفنڈ سے ۵ ہزار روپیہ دیا گیا ہے۔ انڈین ریڈ کراس سوسائٹی نے اس کو ایک ہزار روپیہ دیا ہے۔ اب وہ اپنے لڑکے کے مستقبل کے بارے میں منصوبہ بنارہی ہے۔ اس کا خیال ہے کہ اس کے بچے کو تعلیم حاصل کرنا چاہیے۔ وہ اس کے لیے تیار ہے کہ بچے کو تعلیم کے لیے اگر اس کو ساری زندگی کام کرنا پڑے تو وہ ساری زندگی اس کے لیے کام کرے گی۔ اس کو بیوہ کی حیثیت سے ۵۰ روپیہ ماہوار پنشن ملنے کی امید ہے۔ تقریباً اتنی ہی ماہانہ رقم اس کے بیٹے کو معذوری کے وظیفہ کے طور پر ملے گی۔ راج کمار جس کے دائیں ہاتھ کی پانچوں انگلیاں کٹ چکی ہیں، اب اپنے بائیں ہاتھ سے لکھنا سیکھ رہا ہے (ٹائم آف انڈیا ۲۸ اپریل ۱۹۸۸) لٹی تھما کا سب کچھ لٹ چکا تھا۔ اب بظاہر یہ ہونا چاہیے تھا کہ وہ بھی خودکشی کر لے۔ یا اپنے بیٹے کو لیکر روئے اور ماتم کرنے میں مشغول ہو جائے۔ مگر اس نے ایسا نہیں کیا۔ اس نے سب کچھ بھلا کر مثبت عمل کا منصوبہ بنایا۔ اس کی وجہ یہ تھی کہ اپنے معذور بیٹے کے مستقبل کی تعمیر کی صورت میں اس نے اپنے لیے ایک مقصد پالیا۔

بامقصد آدمی کبھی محروم نہیں ہوتا، اس دنیا میں محروم وہ ہے جو مقصد سے محروم ہو جائے۔

## روح، رحمت اور پل صراط کا عبور..... اہم مسائل کا حل

### تین قسم کے لوگ اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہیں

(حدیث ابوامامہؓ) جناب رسول اللہ ﷺ نے ارشاد فرمایا:

﴿ثَلَاثَةٌ كُلُّهُمْ ضَامِنٌ عَلَى اللَّهِ إِنْ عَاشَ رُزِقَ وَكُفِيَ وَإِنْ مَاتَ أَذْخَلَهُ اللَّهُ الْجَنَّةَ مَنْ دَخَلَ بَيْتَهُ فَلَسَلَمَ فَهُوَ ضَامِنٌ عَلَى اللَّهِ، وَمَنْ خَرَجَ إِلَى الْمَسْجِدِ فَهُوَ ضَامِنٌ عَلَى اللَّهِ وَمَنْ خَرَجَ فِي سَبِيلِ اللَّهِ فَهُوَ ضَامِنٌ عَلَى اللَّهِ﴾

(ترجمہ) تین قسم کے لوگ وہ ہیں جن کی ذمہ داری اللہ تعالیٰ خود اٹھاتا ہے اگر وہ زندہ رہیں تو ان کو رزق دیا جاتا ہے اور محتاجی سے بچایا جاتا ہے اور اگر مر جائیں تو اللہ تعالیٰ ان کو جنت میں داخل کر دیتا ہے۔ (۱) جو شخص اپنے گھر میں داخل ہو اور (ان کو) سلام کہے وہ بھی اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔ (۲) وہ شخص جو مسجد کی طرف جائے وہ بھی اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔ (۳) اور جو شخص اللہ کے راستہ میں نکلے (خواہ وہ جہاد ہو یا کوئی اور دین کا کام جیسے طلب علم وغیرہ) وہ بھی اللہ تعالیٰ کی ذمہ داری میں ہے۔

### اندھیرے میں مسجد کی طرف جانے کا آداب

(حدیث بریدہؓ) جناب نبی اکرم ﷺ نے ارشاد فرمایا:

﴿بَشِّرِ الْمَسَّائِينَ فِي الظُّلُمِ إِلَى الْمَسَاجِدِ بِالنُّورِ النَّامِ يَوْمَ الْقِيَامَةِ﴾ (ابوداؤد، ترمذی)

(ترجمہ) اندھیری راتوں میں مسجد کی طرف چل کر جانے والوں کو قیامت کے دن کیلئے کامل نور کی خوشخبری سنا دو۔

### مسجد کو یاد کر لیا اور اس میں خیر کے لیے بیٹھے والے کا آداب

اللہ تعالیٰ ارشاد فرماتے ہیں ﴿إِنَّمَا يَعْمُرُ مَسَاجِدَ اللَّهِ مَنْ آمَنَ بِاللَّهِ وَالْيَوْمِ الْآخِرِ﴾ (سورۃ التوبہ/ ۱۸) اللہ تعالیٰ مزید ارشاد فرماتے ہیں ﴿فِي بُيُوتٍ أُذِنَ لِلَّهِ

أَنْ تُرْفَعَ وَيُذْكَرَ فِيهَا اسْمُهُ يُسَبِّحُ لَهُ فِيهَا بِالْغُدُوِّ وَالْآصَالِ رِجَالٌ لَا تُلْهِيهِمْ تِجَارَةٌ وَلَا بَيْعٌ عَنْ ذِكْرِ اللَّهِ وَإِقَامِ الصَّلَاةِ وَإِيتَاءِ الزَّكَاةِ يَخَافُونَ يَوْمًا تَتَقَلَّبُ فِيهِ الْقُلُوبُ وَالْأَبْصَارُ لِيَجْزِيَ اللَّهُ أَحْسَنَ مَا عَمِلُوا وَ يَزِيدَهُمْ مِنْ فَضْلِهِ وَاللَّهُ يَرْزُقُ مَنْ يَشَاءُ بِغَيْرِ حِسَابٍ﴾ (سورۃ النور/ ۳۳، ۳۴، ۳۸)

(ترجمہ) وہ ایسے گھروں (یعنی مسجدوں) میں ہیں جن کی نسبت اللہ تعالیٰ نے حکم دیا ہے کہ ان کا ادب کیا جائے اور ان میں اللہ کا نام لیا جائے، ان میں سے ایسے لوگ صبح وشام اللہ کی پاکی بیان کرتے ہیں جن کو اللہ کی یاد سے اور نماز پڑھنے سے اور زکوٰۃ دینے سے نہ خیرید و فروخت غفلت میں ڈال سکتی ہے اور نہ وہ ایسے دن سے ڈرتے رہتے ہیں جس میں بہت سے دل اور بہت سی آنکھیں الٹ جائیں گی، انجام یہ ہوگا کہ اللہ تعالیٰ ان کو ان کے اعمال کا بہت ہی اچھا بدلہ دے گا اور ان کو اپنے فضل سے اور بھی زیادہ دے گا، اور اللہ تعالیٰ جس کو چاہے بے شمار دیتا ہے۔

### ہر مٹی کا گھر مسجد ہے

(حدیث ابودرداءؓ) جناب نبی کریم ﷺ نے ارشاد فرمایا:

﴿الْمَسْجِدُ بَيْتُ كُلِّ قَائِمٍ وَ تَكْفُلُ اللَّهُ لِمَنْ كَانَ الْمَسْجِدُ بَيْتَهُ بِالرُّوحِ وَالرَّحْمَةِ وَالْجَوَادِ عَلَى الصُّرَاطِ إِلَى رِضْوَانِ اللَّهِ إِلَى الْجَنَّةِ﴾ (طبرانی، ہزار)

(ترجمہ) مسجد ہر مٹی کا گھر ہے، وہ شخص جس کا گھر مسجد ہو (یعنی اکثر مسجد میں رہ کر عبادت کرتا ہو) اللہ تعالیٰ اس کی ذمہ داری اٹھا لیتے ہیں روح، رحمت اور پل صراط عبور کرنے کے ساتھ اللہ کی خوشنودی کی جگہ جنت تک۔

## حضرت علی رضی اللہ عنہ کی

انوکھی تجارت (ابولیب شاذلی)

اللہ کے لیے ایک درہم خرچ کر، اللہ کے خزانے سے دس درہم ملے۔

حضرت عبید اللہ بن محمد بن عائشہ کہتے ہیں کہ ایک سائل امیر المؤمنین حضرت علیؑ کے پاس آکر کھڑا ہوا حضرت علیؑ نے حضرت حسنؑ یا حضرت حسینؑ سے فرمایا کہ اپنی والدہ کے پاس جاؤ اور ان سے کہو میں نے آپ کے پاس چھ درہم رکھوائے تھے ان میں سے ایک درہم دے دو۔ انہوں نے واپس آکر کہا امی جان کہہ رہی ہیں وہ چھ درہم تو آپ نے آنے کے لیے رکھوائے تھے، حضرت علیؑ نے کہا کسی بھی بندے کا ایمان اس وقت تک سچا نہیں ثابت ہو سکتا۔ جب تک کہ اس کو جو چیز اس کے پاس ہے اس سے زیادہ اعتماد اس چیز پر نہ ہو جائے جو اللہ کے خزانوں میں ہے۔ اپنی والدہ سے کہو کہ چھ درہم بھیج دیں چنانچہ انہوں نے چھ درہم حضرت علیؑ کو بھیجا دیئے جو حضرت علیؑ نے اس سائل کو دے دیئے۔

راوی کہتا ہیں حضرت علیؑ نے اپنی نشست بھی نہیں بدلی تھی کہ اتنے میں ایک آدمی ان کے پاس سے ایک اونٹ لئے گذر جائے وہ بیچنا چاہتا تھا۔ حضرت علیؑ نے کہا یہ اونٹ کتنے میں دو گئے؟ اس نے کہا ایک سو چالیس درہم میں حضرت علیؑ نے کہا اسے یہاں باندھ دو البتہ اسکی قیمت کچھ عرصے کے بعد دیں گے۔ وہ آدمی اونٹ وہاں باندھ کر چلا گیا۔ تھوڑی دیر میں ایک آدمی آیا اور اس نے کہا یہ اونٹ کس کا ہے؟ حضرت علیؑ نے کہا میرا۔ اس آدمی نے کہا کہ کیا آپ اسے بیچیں گے؟ حضرت علیؑ نے کہا دو سو درہم میں، اس نے کہا میں اس قیمت میں یہ اونٹ خرید لیا اور حضرت علیؑ کو دو سو درہم دے کر وہ اونٹ لے گیا۔ حضرت علیؑ نے جس آدمی سے اونٹ خریدا تھا اسے ایک سو چالیس درہم دیئے اور باقی ساٹھ درہم لا کر حضرت فاطمہؑ کو دے دیئے انہوں نے پوچھا یہ کیا ہے؟ حضرت علیؑ نے کہا وہ ہے جس اللہ تعالیٰ نے اپنے نبی ﷺ کی زبانی ہم سے وعدہ کیا ہے۔ مَنْ جَاءَ بِالْحَسَنَةِ فَلَهُ عَشْرُ مِثَالِهَا۔ ترجمہ: جو شخص نیک کام کرے گا اس کو اس کے دس حصے ملیں گے۔ (سورۃ الانعام)

## ایسا جن جس کو چار زبانوں پر عبور ہے اور بچوں کو پڑھاتا ہے

قارئین! آپ کا کبھی کسی پراسرار چیز یا کبھی کسی جن سے واسطہ پڑا ہو؟ ہمیں شرونگلیں چاہے بے زبان کتیاں، دگ پلک، ہم خود سنواریں گے۔

چند سال پہلے کی بات ہے کہ میں اور میرے ایک ساتھی پرائمری سکول میں اکٹھے سر دس کرتے تھے آپس میں بہت گہرے تعلقات تھے ایک دوسرے کے گھر تک آنا جانا تھا۔ ہمارا علاقہ پہاڑی ہے اور زیادہ پیدل ہی سفر کیا جاتا ہے۔ ایک دن اسکول سے چھٹی کرنے کے بعد واپس آرہے تھے کہ ایک جگہ بیٹھ کر آرام کرنے لگے۔ کہ اچانک میرے ساتھی کی زبان بند ہو گئی۔ وہ بول نہیں سکتا تھا اس کی آنکھوں سے آنسو جاری تھے۔ راستے میں ایک بزرگ کی قبر تھی۔ ہم قبر پر مٹھائی لیکر حاضر ہوئے اور وہاں پر دعا خیر کی اس طرح میرے ساتھی کی زبان کھلی اس نے رب کا شکر یہ ادا کیا۔ اس کے بعد میرے ساتھی کو روپے ملنے شروع ہو گئے کبھی بیچاس روپے، کبھی سو روپے، کبھی پانچ سو روپے۔ ایک دن ہم سکول میں تدریسی فرائض انجام دے رہے تھے کہ میرے ساتھی کو اچانک دور سے پڑنے شروع ہو گئے اس کو ایک چار پائی پر لٹایا گیا ہمارے سوال کرنے پر اس کے اندر سے ایک جن بولنا شروع ہو گیا۔

سوال: آپ کون ہیں؟

جواب: میں ایک جن ہوں یہ عجیب الفطرت شخص دیکھا تھا اس لیے میں اس کے ساتھ آیا ہوں۔

سوال: آپ اس شخص کو چھوڑ دیں۔

جواب: اگر یہ ٹھیک رہا تو میں اس کو ہر طرح سے فائدہ پہنچاؤں گا ورنہ اس کو تکلیف دوں گا۔

سوال: آپ کی رہائش کس جگہ پر ہے؟

جواب: میرا نام قاری عبدالکیم ہے میں گولڑہ شریف میں رہتا ہوں وہاں جن بچوں کی تدریس کرتا ہوں مجھے چار زبانوں پر عبور حاصل ہے۔ اردو، انگریزی، عربی، فارسی

اس کے بعد میرے ساتھی کو کبھی کبھار دور سے پڑتے۔ جن نے ہمیں پابند کر دیا کہ ادارہ میں ظہر کی نماز کا باجماعت پابندی سے اہتمام کیا جائے کبھی کبھار میں بھی آکر نماز پڑھا لیا کروں گا۔ چنانچہ ہم نے نماز کا باقاعدگی سے اہتمام کیا۔ کبھی کبھی وہ جن بھی ہمیں نماز پڑھاتا تھا۔ ایک دن جن نے ہمیں دعوت دی کہ آپ گولڑہ شریف آئیں۔ میں اور میرے ساتھی

(ملک محمد عارف اعوان)

### خاص لوگوں کی ملاقات

بِسْمِ اللّٰهِ مَا شَاءَ اللّٰهُ لَا يَسُوْقُ الْخَيْرَ اِلَّا اللّٰهُ، مَا كَانَ مِنْ نِّعْمَةٍ فَمِنَ اللّٰهِ. بِسْمِ اللّٰهِ مَا شَاءَ اللّٰهُ لَا يَصْرِفُ السُّوءَ اِلَّا اللّٰهُ مَا شَاءَ اللّٰهُ لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ اِلَّا بِاللّٰهِ

(ترجمہ: اللہ کے نام سے جو اللہ چاہے خیر اللہ ہی عطا فرماتا ہے۔ جو نعمت بھی ہو سب اللہ کی طرف سے ہے۔ اللہ کے نام سے جو اللہ چاہے تکلیف کوئی نہیں ہال سکتا۔ سوائے اللہ کے۔ اللہ چاہے کوئی قدرت اور طاقت نہیں مگر اللہ تعالیٰ کی طرف سے۔ (کنز العمال)

(حضرت خضرؑ اور حضرت الیاسؑ دونوں ہر سال حج کے موسم میں ملاقات کرتے ہیں اور ان کلمات پر علیحدہ ہوتے ہیں۔) حضرت ابن عباسؓ فرماتے ہیں کہ جو شخص ان مذکورہ کلمات کو تین مرتبہ صبح اور شام پڑھ لیا کرے۔ اللہ تعالیٰ اس کو غرق ہونے سے بچا دے، اسے چوری ہونے سے، شیطان سے، بادشاہ کے ظلم سے، سانپ اور بکھوسے محفوظ رکھے گا۔ (مسند: ہاشم محمد ابوب۔ تھراؤنہ ڈیرہ غازی خان)



# خواتین پوچھتی ہیں؟

یہ صفحہ خواتین کے روزمرہ خاندانی اور ذاتی مسائل کے لیے وقت ہے۔ خواتین اپنے روزمرہ کے مشاہدات اور تجربات ضرور تحریر کریں۔ نیز صاف صاف اور مکمل لکھیں چاہے بے ربطی کیوں نہ لگیں۔ (ام وراق)

## والد کے قتل کے بعد جسمانی عوارض

ک۔ رابعی بی! سعید آباد سے لکھتی ہیں۔ میرے والد کو پانچ چھ سال پہلے قتل کر دیا گیا تھا۔ اور پھر قاتل بری ہو گئے۔ اس وقت میں سترہ سال کی تھی۔ صدمے اور خوف کی وجہ سے میرے ماہانہ ایام بند ہو گئے۔ چار پانچ ماہ بعد علاج کرایا تو پتہ چلا صدمے کی وجہ سے خون جل گیا ہے۔ اب علاج کے بعد کچھ بہتر ہے مگر نہ ہونے کے برابر۔ بی! اے میں پڑھ رہی ہوں وزن بڑھتا جا رہا ہے۔ کام کاج کر نہیں سکتی۔ میرے دانت بھی خراب ہو رہے ہیں۔ اس کیلئے بتائیے۔

☆ ک بی بی! اس طرح کے حالات میں عام طور پر مسئلہ پیدا ہو جاتا ہے۔ جب پاکستان بنا تھا اس وقت عورتوں کو یہی شکایت ہوتی تھی کہ اوائل عمر میں ایام بند ہو جاتے تھے۔ صدمے اور خوف سے ایسا ہو جاتا ہے۔ بہر حال آپ ایک پیالی ایلٹے پانی میں ایک لیہوں کا رس اور ایک چمچ شہد ڈال کر صبح نہار منہ پی لیجئے۔ ہمدرد و خانہ سے ریونہ تو تھ پیسٹ خرید کر استعمال کیجئے، دانت صبح ہو جائیں گے۔ نماز عشاء کے وتروں کی پہلی رکعت میں سورۃ نصر پڑھئے۔ دوسری رکعت میں سورۃ لہب اور تیسری میں سورۃ اخلاص پڑھنے سے تمام عمر دانت صحیح رہتے ہیں۔ باندھنی سے نماز پڑھئے اور وتر میں یہی تینوں سورتیں پڑھئے۔ کبھی کبھی سرسوں کے خالص تیل میں تھوڑا سا نمک لگا کر دانتوں اور مسوڑھوں پر اچھی طرح نمٹن کی طرح ملنے، دانت صاف ہو جائیں گے۔

## قرآنی آیات سے دل کی بیماریوں سے حفاظت

☆ ٹھٹھہ سے زینب کا خط آیا ہے۔ کام کاج کرنے سے دل کی دھڑکن تیز ہو جاتی ہے۔ علاج نہیں کرا سکتے کیونکہ جہاں رہتی ہیں وہاں کوئی طبی سہولت نہیں۔ ان سے مجھے اتنا کہنا ہے کہ پریشان نہ ہوں۔ پچھلے دنوں مجھے دو تین لوگوں نے بتایا کہ انہوں نے کلام الہی سے شفا پائی ہے۔ سورہ الحجۃ ۹۷ سے ۹۹ تک کی آیات دل اور دے کے مریضوں کیلئے بے حد شفا بخش ثابت ہوئی ہیں۔ اول، آخر درود ابراہیمی اور تین بار یہ

آیات پڑھ کر دم کی جاتی ہیں۔ صبح شام پڑھئے۔ ان آیات سے لوگوں کو فائدہ ہوا ہے۔ آٹے یا سیب کا مربہ روزانہ تھوڑا تھوڑا کھانے سے دل کو تقویت ملے گی۔ گلاب کے پھول بھی بے حد مفید ہیں۔ ایک گلاب کا پھول لیں اس کا سبز حصہ اور پتھر یاں دونوں پیس کر پانی میں ملائیے اور تھوڑی سی چینی یا مصری ملا کر روز پی لیا کیجئے، آرام آ جائے گا۔

## ازدواجی تعلقات قائم نہیں ہو سکے

☆ ایک بہن کا تفصیلی خط آیا ہے۔ شادی کو تین سال ہو گئے مگر وہ انجانے خوف میں مبتلا ہیں۔ ازدواجی تعلقات قائم نہیں کر سکیں۔ شوہر بھی پریشان ہیں۔ ان کیلئے میں نے کئی ڈاکٹروں سے مشورہ کیا ہے۔

چندادو یہ ایسی ہیں جو ان کے کام آ سکتی ہیں۔ آپ پتہ لکھا ہوا لفاظہ بھیجئے۔ میں اس میں صرف دواؤں کے نام لکھ دوں گی۔ آپ دونوں کھا کر دیکھئے فرسٹ کزن سے شادی میں یہ مسئلہ ہوتا ہے۔ ممتاز مفتی مرحوم اپنے عزیز دوست کا قصہ بتاتے تھے کہ ان کی کزن نے اپنے آپ کو بالکل اپنی ساس کے روپ میں ڈھال لیا تھا۔ اٹھنا، بیٹھنا، کھانا پکانا اور تمام دوسری عادات ساس کی طرح تھیں۔ محبت کی شادی تھی۔ شادی کے بعد میاں صاحب اپنی بیگم کو تمام دن سیر کراتے، ناز خیرے اٹھاتے لیکن رات کو بارہ بجے وہ کمرے سے بھاگ جاتے۔ چھ ماہ بعد ان سے پوچھا گیا تو وہ کہنے لگے میری بیوی بالکل ماں کے سانپے میں ڈھل گئی ہے۔ میں باوجود کوشش کے اس کا قرب حاصل نہیں کر سکتا۔ نفسیاتی طور پر بالکل ختم ہو جاتا ہوں۔ پھر انہوں نے دوسری شادی کی اور ماشاء اللہ بیوی بچوں کے ساتھ خوش و خرم زندگی گزاری۔

آپ خود پر توجہ دیجئے، اپنے آپ کو تھوڑا سا بدلتے۔ بالوں کا انداز اور لباس بدل کر دیکھئے۔

## بادی کے درد کا ٹوٹکا

☆ پچھلے ہفتے میں راولپنڈی گئی۔ وہاں میں نے دیکھا ایک پلاٹ پر خود رو پودے جھڑیاں اور ارٹھ کے پودے بھرے

پڑے ہیں۔ بہت خوب صورت جڑی بوٹیاں تھیں، مگر ان کا نام مجھے معلوم نہیں تھا۔ پودوں کے جھنڈ میں ایک صاحب کو دیکھا جو جڑی بوٹیاں اکٹھی کر رہے تھے۔ میں ان سے پوچھا یہ کوئی جڑی بوٹیاں ہیں۔ انہوں نے پشتو میں نام بتائے جو میری سمجھ سے بالاتر تھے میں جس جگہ کھڑی تھی وہاں ارٹھ کے بہت سے پودے تھے جن پر ارٹھ کے خوشے لگے تھے۔ یہ صاحب کہنے لگے: ”میرا نام حکیم نارگل ہے اور میں جڑی بوٹیوں سے دوا بناتا ہوں۔“ انہوں نے ارٹھ کے پکے ہوئے خوشے توڑنے شروع کیے۔ میں نے پوچھا: ”ان بیجوں کا آپ کیا کریں گے؟“

حکیم صاحب نے میری طرف دیکھا اور پھر ارٹھ کے خوشے سے بیج نکالا، چنگی سے بیج کے اوپر کا چھلکا علیحدہ کیا اور بیج کو دبایا۔ اس میں سے تیل نکلا۔ وہ کہنے لگے۔ بادی اور گھٹیا کے درد میں یہ بیج کام آتے ہیں۔ بادی کا درد، انگلیوں، ہاتھ کے جوڑوں، پاؤں یا کمر میں ہو تو یہ بیج اکٹھے کر کے چھلکا اتار بیج اور کوٹھی ڈنڈے میں کوٹ کر باریک میدہ کر لیجئے اور پتیل آ جائے گا۔ پے ہوئے ارٹھ کے بیج اور تیل جوڑوں پر رات کو اچھی طرح لگائیے اور اس کے اوپر ارٹھ کے پتے رکھ کر کپڑا باندھ دیجئے۔ صبح اٹھیں گے تو درد بہت کم ہوگا۔ دو چار دن میں بادی کا درد ختم ہو جائے گا۔ حکیم صاحب نے یہ بھی بتایا کہ وہ اس علاج کو برسوں سے آزما رہے ہیں۔ ان کے استاد بھی اسے آزماتے رہے ہیں ایک رات میں فرق پڑ جاتا ہے۔ جب ارٹھ کا موسم آئے اور اس کو خوشے لگیں۔ اس کے متعلق مجھے ضرور مطلع کریں۔ اسی کے بیجوں سے کسٹرا تیل نکلتا ہے۔ اس کے لگانے سے نقصان کوئی نہیں ہوگا۔

## قارئین کی تحریروں کا انتظار

آپ نے کوئی نوٹکہ یا کسی طرحی علاج کو آزما یا اور تندرست ہوئے یا کسی مشکل کیلئے کوئی روحانی عمل آزما یا اور کامیاب ہوئے، آپ کے مشاہدے میں کسی پھل، ہنسی، میوے کے فوائد آئے ہوں یا آپ نے کسی رسالے، اخبار میں پڑھے ہوں، کبھی جنات سے ملاقاتی مشاہدہ ہوا ہو، کوئی دینی روایت یا تحریر ہو۔ آپ کو لکھنا نہیں آتا چاہے بے رابطہ لکھیں لیکن ضرور لکھیں، ہم نوک پلک سنوار لیجئے، اپنے کسی بھی تجربے کو غیر اہم کچھ کر نظر انداز نہ کریں شاید جو آپ کیلئے غیر اہم اور عام ہو وہ دوسرے کی مشکل حل کر دے۔ یہ صدقہ جاریہ ہے غلو کی خدا کو نفع ہوگا۔ انشاء اللہ۔ آپ اپنی تحریروں بذریعہ ای میل بھیج سکتے ہیں۔

ubqari@hotmail.com

# پہلے ہو شر با فوائد پھر کٹری کھانے کا ذائقہ دار خیال

## پریشانی کے بعد راحت

ابراہیم بن عبداللہ غازی

ایک آدمی کی کسی دوسرے شخص کے ساتھ دشمنی تھی، چنانچہ وہ اس سے بہت زیادہ خوف زدہ تھا، اور اس کے معاملے نے اسے بے چین اور پریشان کر رکھا تھا اور اسے کچھ سوچھائی نہ دیتا کہ وہ کیا کرے؟ اس نے ایک رات خواب میں دیکھا کہ ایک کہنے والا اس سے کہہ رہا ہے، روزانہ فجر کی دونوں رکعتوں میں سے ایک رکعت میں: ”اَللّٰهُمَّ تَرَكَيْتُ فَعَلَ رَبُّكَ بِاَصْحَابِ الْفِيلِ“ سورت پڑھ لیا کرو۔

اس آدمی نے بتایا: کہ میں اسے پڑھا کرتا تھا۔ کچھ ہی مہینے گزرتے تھے کہ میں اس دشمن کے شر سے بچ نکلا، اور اللہ تعالیٰ نے اسے تباہ و برباد کر دیا، اور میں ابھی تک اسے پڑھتا ہوں۔ میں کہتا ہوں: جس کسی کو بھی دشمن کا خوف لاحق ہو تو اسے بکثرت یہ آیت پڑھنی چاہیے۔ (لَا تَخَفْ ذُرِّيَّتَا وَلَا نَحْسِي) ترجمہ: نہ تم آچکے نہ کانڈیشہ کرو، اور نہ (ڈوبنے سے) ڈرو۔ ”اَللّٰهُمَّ اِنِّیْ اَعُوْذُبْکَ مِنْ شُرُوْذِهِمْ وَاجْعَلْکَ فِیْ نُحُوْرِهِمْ“ ترجمہ: اے اللہ! میں تیری پناہ چاہتا ہوں ان (دشمنوں) کی برائیوں سے اور میں تجھ کو ان کے مقابلے میں پیش کرتا ہوں۔“

کیوں کہ اس کے بارے میں آپ ﷺ کی صحیح حدیث مبارکہ وارد ہے۔

جب تمہارا دل تنگ ہو یا گھبرائے تو اَللّٰهُمَّ نَشْرُحْ کو یاد کرو۔ کسی تنگ آدمی پر غم سوار ہو گیا، جس کی وجہ سے اس کے سارے کام دشوار ہو گئے، یہاں تک کہ قریب تھا کہ وہ بالکل مایوس ہو جاتا، چنانچہ ایک دن وہ یہ کہتا جا رہا تھا کہ: جو ذلت میں دن گزارے اس کے لیے تو موت ہی بہتر ہے۔

تو اسے ایک غیبی آواز آئی کہ: سنو اے وہ شخص! جس کو سخت تکلیف نے گھیر رکھا ہے جب تم پر کوئی وقت اور تنگی آئے تو ”اَللّٰهُمَّ نَشْرُحْ“ کے بارے میں سوچو کیوں کہ مشکل دو آسانوں کے ساتھ ملی ہوئی ہے، سو ناراض مت ہو۔

وہ فرماتے ہیں: کہ میں نے اس کے بعد سورۃ الم نشرح کو نماز میں پابندی سے پڑھنا شروع کر لیا، اللہ تعالیٰ نے میرا سینہ کشادہ کر دیا اور میرے غم اور دکھ کو دور کر دیا۔ اور میرا کام آسان کر دیا۔

(۲۰) ککڑی بلفم دور کرتی ہے۔ (۲۱) ککڑی بدن کو مونا کرتی ہے۔ (۲۲) سرد مزاج والوں کو ککڑی کھانے میں احتیاط سے کام لینا چاہیے کیونکہ ان کیلئے نقصان دہ ہوتی ہے۔ انہیں چاہیے کہ وہ نمک، اجوان کالی مرچ اور سونف کے ہمراہ کھائیں۔

## ہر دسواں پاکستانی ذہنی مریض ہے۔

پاکستان کا ہر دسواں شہری کسی نہ کسی ذہنی مرض کا شکار ہے۔ اسی طرح مہلکین کے پاس رجوع کرنے والے چالیس فی صد مریض کسی نہ کسی نفسیاتی عارضے کا شکار ہوتے ہیں۔ امراض دماغ کے ایک ماہر معالج کے مطابق ذہنی و نفسیاتی عوارض کی یہ صورت حال زیادہ سنگین نہیں ہے۔ سرکاری اعداد و شمار کے مطابق گزشتہ پانچ سال سے لاہور کے دماغی امراض کے ہسپتال میں ہر سال کم بیش ۳۲۹۹۸۵ بیماروں کا علاج کیا جا رہا ہے۔

ان میں سے ۴۰ فی صد مریض نفسیاتی عوارض کا شکار ہوتے ہیں۔ جس کے کئی اسباب ہیں ان میں معاشی و سماجی حالات اور موروثی اثرات بھی شامل ہیں۔ ۱۹ فی صد نشہ آور دواؤں کے عادی ۹ فی صد پستی یا اضطراب کے اور دو فی صد ذہنی نقص یا پس ماندگی کے شکار ہوتے ہیں۔ اسی ہسپتال میں آنے والے ۱۸ فی صد مریض ایسے ہوتے ہیں۔ جن کے مرض کی بالکل صحیح تشخیص نہیں ہو پاتی چنانچہ ان کا علاج ان کے رویے اور ظاہری علامات کے مطابق کیا جاتا ہے۔

حکومت پنجاب نے ان امراض کے تدارک کے لیے کئی اقدامات کئے ہیں چنانچہ صوبے کے ڈسٹرکٹ ہسپتالوں میں ماہرین نفسیات کا تقرر کیا جا رہا ہے اور بہت جلد ان کی خدمات ضلعی ہسپتالوں کو بھی فراہم کر دی جائیں گی۔ اس کے علاوہ دماغی ہسپتال میں امراض کے علاج کے سلسلے میں تمام جدید سہولتیں فراہم کی جا رہی ہیں۔ اس مقصد کے لیے ۶۰ ملین روپے کا ایک منصوبہ شروع کر دیا گیا ہے۔ جس کے مطابق لاہور کے دماغی ہسپتال کے لیے ایک نئی عمارت تعمیر ہوگی جس میں نفسیاتی نرسنگ ہوم قائم ہو گا جو ملک میں اپنی نوعیت کا پہلا نرسنگ ہوم گا۔ ہرکاری ذرائع کے مطابق اس تربیتی اسکول میں ۴۰۰ سونوں کو ایک سالہ تربیت دی جائے گی۔

(بحوالہ حیرت انگیز حافظہ نامک نہیں ہے، صفحہ نمبر 35)

عربی قثمہ پانی یاوگی انگریزی Yellow Cucumber اس کا رنگ سبز اور پھول زردی مائل ہوتے ہیں۔ اس کا ذائقہ پھیکا اور مزاج سرد تر دوسرے درجے میں ہوتا ہے۔ اس کی مقدار خوراک بیج ایک تولہ تک اور ویسے آدھ پاؤ روزانہ ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔

## ☆ ککڑی کے فوائد:

- (۱) یہ حدت خون کو کم کرتی ہے۔ (۲) جگر کو تسکین دیتی ہے۔ (۳) ککڑی کے بیجوں کو پیشاب آور ہونے کی وجہ سے سوزاک، گردہ اور مثانہ کی پتھری دور کرنے کیلئے استعمال کرنا مفید ہوتا ہے۔ (۴) اس کے بیجوں کو رگڑ کر چہرے پر لپ کرنے سے چہرے کا رنگ نکھر پاتا ہے۔ (۵) ککڑی کو کھانے کیلئے بہتر ہے کہ اس پر نمک اور کالی مرچ لگا کر کھایا جائے۔ (۶) گرمی اور سوزش کو دور کرتی ہے۔ (۷) ککڑی کھا کر پانی نہیں پینا چاہیے ورنہ ہیضہ کا خدشہ ہو جاتا ہے۔ (۸) یہ اچھا پیدا کرتی ہے۔ (۹) دیر ہضم ہوتی ہے۔ (۱۰) کولہوں اور کمر کے درد کیلئے انتہائی مفید ہے۔ (۱۱) پرانے بخاروں کو ختم کرتی ہے۔ (۱۲) ککڑی کے بیج ایک تولہ رگڑ کر روزانہ مسلسل پانچ روز تک پینے سے رگوں کو مواد سے پاک کرتے ہیں۔ (۱۳) سوزاک کو دور کرنے کیلئے تخم خیارین چھ ماشے، تخم خربوزہ چھ ماشے، تخم کاسنی چھ ماشے رگڑ کر پلانا انتہائی مفید اور مجرب ہے۔ (۱۴) اس کے زیادہ استعمال سے ریاح اور قویج پیدا ہوتے ہیں۔ (۱۵) حضور ﷺ کو ککڑی سے خاص رغبت تھی۔ حضرت عبداللہ بن جعفر سے روایت ہے کہ حضور ﷺ پکی ہوئی کھجوریں (رطب) اور ککڑی (قثمہ) ایک ساتھ تناول فرماتے تھے۔ (۱۶) پیشاب آور ہونے کے ناطے دل کی جملہ امراض میں ککڑی کا استعمال انتہائی مفید ہوتا ہے۔ (۱۷) ککڑی کو خوب چبا کر کھانا چاہیے تاکہ وہ جلدی ہضم ہو جائے۔ (۱۸) ککڑی کے پتے پاؤ لے کتے کے کانٹے کو پلانا بے حد مفید ہوتا ہے۔ (۱۹) صفراوی دستوں میں ککڑی کے بیجوں کو پانی میں رگڑ کر پلانا مفید ہوتا ہے۔

# عبقری کے پکوان دانقے اور مہک کے ساتھ

آپ بھی کوئی عمدہ ترکیب جانتی ہوں تو ”عبقری“ کے پکوان میں ضرور بھیجیں

## پیاز مرغ

**اشیاء:-** مرغ ایک کلو، پیاز آدھ کلو، گھی ایک پاؤ، نمائز آدھ پاؤ، لونگ، الائچی، زیرہ، جاکفل، جلوتری کو پیس کر سفوف بنالیں۔ لہسن، اورک، نمک، مرچ حسب ضرورت۔

**ترکیب:-** پیاز کاٹ کر گھی میں تل لیں۔ جب سرخ ہو جائے تو ایک پلیٹ میں نکال لیں اور اس پر تھوڑا سا نمک چھڑک دیں۔ اب گھی میں مرغ کے ٹکڑے ڈال دیں اور اوپر سے نمائز، لہسن، اورک، نمک، مرچ ڈال کر ڈھکن بند کر دیں۔ جب پانی خشک ہو جائے تو اچھی طرح بھون لیں۔ آخر میں تلی ہوئی پیاز کو ہاتھ سے مسل کر اوپر سے چھڑک دیں اور گرم مصالحے کا سفوف اس میں ایک چمچہ چھڑک دیں۔ پھر چمچی سے اچھی طرح ملا دیں اور دم پر لگا دیں۔

(نوٹ) اس میں پانی نہیں ڈالتے۔ نمائز وغیرہ اتنا پانی چھوڑ دیتے ہیں کہ گوشت گل جاتا ہے۔ اگر نہ گلے تو پھر تھوڑا سا پانی ڈال دیں۔ مہمانوں کو بہت پسند آئے گا۔

## مسلم مرغ

**اشیاء:-** چھوٹے چوزے دو عدد، وہی ایک پیالی، اورک لہسن (پسا ہوا) دو چھوٹے چمچ بھر کر، لال مرچ مرضی کے مطابق، ٹماہٹ دھنیا ایک چائے کا چمچ، خشخاش ایک چائے کا چمچ (برابر)، گھی مرضی کے مطابق، نمک مرضی کے مطابق ڈالیں،

**ترکیب:-** ثابت چوزے دھو کر صاف کر لیں۔ اس میں پسا ہوا اورک، لہسن اور وہی ملا دیں۔ اب یہ سارا مصالحہ تلی ہوئی مرغی کے پیٹ میں بھر دیں۔ اور کچھ اوپر لپ کر دیں۔ دیکھی میں گھی ڈالیں، جب گرم ہو جائے تو مرغی ڈال دیں۔ ڈھکن خوب دبا کر بند کر دیں۔ آج بھلک دیکھی کر دیں۔ اگر مل سکے تو ڈھکن کے اوپر تھوڑے سے جلتے ہوئے کوئلے رکھ دیں تاکہ اچھی طرح دم ہو جائے۔ اسے اوون میں بھی بنا سکتے ہیں۔

## تکھ بوٹی

**اشیاء:-** بکرے کا گوشت ایک کلو، گھی تقریباً ایک پاؤ، سرکہ چار چمچ، لیموں دو عدد، گرم مصالحہ پسا ہوا ایک چمچ، پیاز ایک گٹھی، نمائز ایک پاؤ، نمک و سرخ مرچ حسب خواہش۔

# پریشانیوں سے نجات

بزرگ درویش شریف

حضرت خواص نے ارشاد فرمایا جس کسی کو کوئی ماحبت ہو وہ ہزار مرتبہ پوری توجہ کے ساتھ نبی اکرم ﷺ پر درود پاک پڑھ کر اللہ تعالیٰ سے دعا مانگے۔ انشاء اللہ حاجت پوری ہوگی۔

☆ حضرت ابن مسعودؓ سے مروی ہے فرماتے ہیں جب تم میں سے کوئی اللہ تعالیٰ سے کسی چیز کو طلب کرنے کا ارادہ کرے تو پہلے اس کی ایسی مدح و ثنا کرے جس کے وہ اہل ہیں پھر نبی کریم ﷺ پر درود بھیجے اس کے بعد دعا مانگے، اس طرح وہ کامیاب ہونے اور مقصد کو حاصل کرنے کے قبل ہوگا۔ اس حدیث کو عبد الرزاق اور الطبرانی نے ان کے طریق سے الکبیر میں روایت کیا ہے، اس کے رجال ہیں۔ یہ دوسرے الفاظ میں بھی گزر چکی ہے۔

☆ عبد اللہ بن بسرؓ سے مروی ہے فرماتے ہیں کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ”الدعاء کلمۃ محبوب حتیٰ یکون اولۃ لثناء علی اللہ عزوجل و صلاة علی النبی ﷺ ثم یدعو فیستجاب لدعائه“

تمام دعا محبوب رہتی ہے حتیٰ کہ اس کی ابتداء میں حمد الہی اور نبی کریم ﷺ پر درود پڑھا جائے پھر دعا مانگے تو اس کی دعا قبول کی جائے گی۔ النسانی نے اس کو روایت کیا ہے اور ابوالقاسم ابن بشکوال نے ان کے طریق سے عمر بن عمرؓ کی روایت سے ذکر کیا ہے۔

## دعائے درود پاک

علی بن عسلی وزیر نے فرمایا کہ میں کثرت سے درود پاک پڑھا کرتا تھا، اتفاقاً مجھے بادشاہ نے وزارت سے معزول کر دیا تو میں نے خواب میں دیکھا کہ میں دراز گوش پر سوار ہوں اور پھر دیکھا کہ آقائے دو جہاں رحمۃ العالمین ﷺ تشریف فرما ہیں۔ میں براہ ادب جلدی سے سواری سے اتر کر پیدل ہو گیا تو حضور ﷺ نے فرمایا علی! اپنی جگہ واپس چلا جا۔ اور آنکھ کھل گئی۔ صبح ہوئی تو بادشاہ نے مجھے بلا کر وزارت سونپ دی، یہ برکت درود شریف کی ہے۔

**ترکیب:** گوشت کے چھوٹے چھوٹے ٹکڑے بنا کر اسے صاف پانی میں اچھی طرح دھو لیں، ایک کھلے برتن میں گوشت کی بوٹیاں ڈال کر اس میں لیموں کا رس، سرکہ، گرم مصالحہ نمک اور سرخ مرچ خوب اچھی طرح کس کر دیں۔ چمچ سے مصالحے اور گوشت کے ٹکڑوں کو الٹ پلٹ دیں تاکہ ٹکڑوں پر اچھی طرح مصالحہ لگ جائے اب ان ٹکڑوں کو سینوں میں پرو دیں لیکن ترتیب یہ رہے گی کہ گوشت کا ٹکڑا گول کٹا ہوا پیاز اس کے بعد ایک نمائز ان تمام چیزوں کو سینوں میں پرو کر دیکھتے ہوئے کونوں پر سینک لیں اس طرح سینکیں کہ گوشت جلنے نہ پائے اور تمام ٹکڑے گل جائیں۔ گرم گرم اتار کر چٹنی اور سلاڈ کے ساتھ کھائیں۔

## کلونجی کے کرشمات

### کلونجی سے معجزانہ شفاء

بندہ کو چند سال سے کان کی تکلیف تھی۔ کان گیلا رہتا تھا اور مٹی درو یا کھلی ہوتی تھی جو کہ بہت گھبراہٹ کا باعث بنتی تھی بہت سی کھانے والی اور کان میں ڈالنے والی دوائیں استعمال کیں فائدہ نہ ہوا۔ ایلو پیتھی، ہومیو پیتھک اور یونانی قطروں کی دوائیں لی گئیں۔ فائدہ نہ ہوا۔

کلونجی کے کرشمات کتاب کا کمال دیکھئے۔ ایک اللہ کے بندہ نے کلونجی کے تیل کو دو ناٹم استعمال کرنے کی رائے دی۔ اس تیل کے دو دو قطرے گرم کر کے کانوں میں مسلسل ڈالے گئے اور بیرون کن پی پر 5 منٹ ماش بھی کی گئی الحمد للہ کان کی تکلیف سے چھٹکارا مل گیا۔ اور سماعت کی کمی دور ہو گئی۔ (محمد منیر اعوان قرشی۔۔۔ اعوان ٹاؤن)

اس کے علاوہ اور اتنا کچھ اس کتاب میں ہے کہ آپ سوچ نہیں سکتے۔

## اللہ کے ایک بزرگ کی ضرورت

ملک بھر سے اچھی رفتار اور تجربہ کار ایسے کمپوزرز کی ضرورت ہے جو ایمان داری سے کام کرنا جانتے ہوں معقول تنخواہ کھانا اور رہائش فراہم کی جائے گی فوری رابطہ کریں۔



# رو کر دعا مانگنے والے پر دیسی کی غم زدہ آپ بیتی

## شفادہ و امیں یاد عا میں

محدثیات خان نیازی

عظمت اور حقیقت سے روشناس ہونے لگا کہ انسان انمول ہے دولت کچھ نہیں ہے۔ ”آپ میرا انتظار کریں“ میں نے شیخ سے کہا..... میں ابھی اس ٹیکے کے توڑ کا انتظام کرتا ہوں۔“ میں بھاگا بھاگا بازار گیا۔ مغرب کا وقت ہونے لگا تھا۔ تمام دوکاندار نماز کی ادائیگی کے لیے دکانیں بند کرنے لگے تھے۔ ایک آدھ میڈیکل سٹور کھلا تھا مگر بد قسمتی سے وہاں پر مطلوبہ انجکشن نہ مل سکا۔ پاگلوں کی طرح ادھر ادھر بہت دوڑا بہت باتھم پاؤں مارے، مگر ناکامی مقدر بن چکی تھی بچاؤ کے تمام در بند ہو چکے تھے اور میں سزا و قضا کی گرفت میں تھا۔ جب ہر طرح سے ناکام و نامراد ہوا تو اچانک میری نظر روضہ رسول ﷺ کی طرف اٹھ گئی۔ گنبد خضریٰ، سبحان اللہ۔ مجھے آج اس روضہ اقدس کی عظمت کا خیال آیا جس پر زمین ناز کرتی ہے کائنات فخر کرتی ہے، انسانیت کو قرار اور سکون ملتا ہے، زمانے کے ٹھکرائے ہوؤں کو پناہ ملتی ہے۔ مجھے آج احساس ہوا کہ دنیا کی ہر پریشانی کا حل تمام مصائب کی دوا، تمام دکھوں کا علاج کا کلی والے ﷺ کے روضہ کی چھاؤں میں ہے دھڑکتے دل کے ساتھ روضہ رسول ﷺ کی جالیوں سے لپٹ پڑا۔ شرمندہ اور ندامت کے آنسوؤں سے ان مقدس جالیوں کو بھگونے لگا۔ اپنے کئے پر پچھتانے اور فریاد کرنے لگا۔ ”یا رسول اللہ ﷺ“ مجھے معاف کر دو، میں بھول گیا تھا۔ تیرے مقدس شہر میں میں نے لالچ کا کار بار شروع کیا۔ دنیا بناتے ہوئے اپنی عاقبت بھول گیا تھا۔ میں گناہ گار ہوں۔ رو سیاہ ہوں، مگر شکر ہے کہ تیری امت سے ہوں..... مجھے تیری رحمت پر بھروسہ ہے۔ تیرے کرم کا آسرا ہے۔ خدا را کرم کی اک نظر ادھر فرما پیئے۔ وطن سے بے وطن پردیس میں مارا جاؤں گا۔ میرے بچے یتیم ہو جائیں گے۔ میری بیوی بیوہ اور بھائی لاوارث ہو جائیں گے۔ بدنامی سے رشتہ دار دور اور والدین زندہ در گور ہو جائیں گے۔ مجھے اپنے کیئے پر ندامت ہے۔ شرمندگی سے سر نہیں اٹھا سکتا۔ ندامت سے بات نہیں کر سکتا۔ میں دولت کی ہوس سے توبہ کرتا ہوں تیرا دربار گناہ گاروں کے لے کھلا رہتا ہے۔ سیاہ کاروں کو معاف کرنا تیری فطرت ہے۔ میرے مولا میں نے حقیقت کو دیکھ لیا ہے۔ تیری عظمت کو پہچان لیا ہے۔ میں اپنے گناہوں سے تائب ہوتا ہوں۔ میرے مولا..... میرے آقا میں آنسو بہاتا جو جھل قدموں (بقیہ صفحہ نمبر 13 پر)

اپنی آنکھوں کی پیاس اور دل کی تشنگی کو مٹاتے اور روح کو سیراب کرنے آتے ہیں۔ میں یہاں صرف دولت کمانے آیا تھا۔ لاکھوں ڈالر بنانے اور کروڑوں ریال کمانے۔ مجھے اس شہر کے تقدس سے زیادہ دولت سے پیار تھا۔ صبح سبکداری اسپتال میں کام کرنے کے بعد غیر قانونی طریقے سے اپنے گھر میں کلینک چلاتا۔ اسپتال سے زیادہ گھر کے مریضوں پر توجہ دیتا۔ قیمتی اور نایاب ادویہ اسپتال سے ہی تھمھیا کر لے آتا۔ اس طرح غیر قانونی پریکٹس کے علاوہ دواؤں کی چوری سے اپنا بینک بیلنس بڑھانے لگا۔ خوابوں میں بھی مجھے ڈالر اور ریال نظر آتے تھے۔ ایک دن اسپتال سے لوٹا تو درجنوں مریضوں کو اپنا منتظر پایا۔ مریضوں کو گن گن کر اپنی دولت میں اضافہ کرنے کا حساب جوڑنے لگا۔ اسپتال میں آٹھ گھنٹے کام کے بعد تھک جانے کے باوجود آرام میں سکون نہیں مل رہا تھا۔ ان مریضوں کو جلدی جلدی پٹانے لگا۔ اس افراتفری میں اکثر تشخیص میں گڑبڑ ہو جاتی یا دواؤں کے انتخاب میں کوئی گڑبڑ ہو جاتی ہے۔ اس روز ایک بچے کو انجکشن غلط لگ گیا اور انجکشن نے فوری اثر دکھایا۔ بچہ ترپنے لگا۔ اس انجکشن کے اثر کو ختم کرنے کے لیے میرے پاس دوسرا انجکشن موجود نہیں تھا۔ شام کا وقت ہونے لگا۔ تمام میڈیکل سٹور بند ہو چکے تھے۔ دوسرے اسٹے فاصلے پر تھے کہ وہاں پہنچتے پہنچتے بچے کے دم توڑنے کا خطرہ تھا۔ بچے کے والدین اس کی حالت سے سخت پریشان و مشتعل ہوئے اور انہوں نے سرکاری اسپتال میں لے جانے اور ہمارے غلط علاج کی شکایت کی دھمکی دی۔ وہ با اثر شیخ تھا جس کا بچہ میرے زیر علاج تھا اور میرے غلط انجکشن کی وجہ سے زندگی اور موت کی کشمکش میں تھا۔

سعودی عرب میں غیر قانونی طور پر پریکٹس کرنا جرم ہے۔ انسانی جانوں سے کھیلنے والوں کی سزا موت ہے۔ اب بچے کی موت کے ساتھ مجھے اپنی موت بھی نظر آنے لگی۔ دولت کے انبار میرا منہ چڑانے لگے۔ ڈالر اور ریال میری جان بچانے میں بے بس نظر آنے لگے اور میں اب انسان کی

ہوس زر انسانی فطرت ہے اور اس فطرت نے انسانی رشتوں کے تقدس کو ختم کر کے رکھ دیا ہے۔ زر کے عفریت نے آج کے انسان کو نگل لیا ہے۔ سائیکل پر سوار ہونے کی کوشش میں ہے، سائیکل سوار کو سفر لینے کے جتن کر رہا ہے، سکوٹر والا کار کے خواب دیکھتا ہے اور کار والا ہوائی قلعوں کی تعمیر میں لگا رہتا ہے۔ جب سے غلج کی ریاستوں سے دولت کے انبار آئے ہیں، دہائی چلو کا نعرہ ہر کسی کی زبان پر ہے۔ لکھ چٹیوں کی تعداد لاکھوں ہوئی ہے تو دوسرے لاکھوں بھی لکھ پتی بننے کے شوق میں ان ریاستوں کی طرف بھاگنے لگے ہیں۔ کوئی گھر کا اثاثہ بیچ رہا ہے، کوئی بیویوں کے زیورات کے سہارے دہائی کا دیر حاصل کرنے کے چکر میں ہے اور کوئی باپ دادا کی جائیداد کو داؤ پر لگا رہا ہے۔ جو لوگ دیر حاصل کرنے میں ناکام ہو جاتے ہیں وہ ناجائز طریقے سے ملک سے بھاگنے کی کوشش میں لگ جاتے ہیں۔ اس طرح انسانی سنگٹنگ کا کاروبار بھی شروع ہو گیا۔ صدیوں پرانی غلامی کے آثار دوبارہ نمایاں ہو گئے۔ انسان انسان کا مالک اور آدمی آدمی کا غلام ہونے لگا۔ مزدوری کے نام پر بیگا کر کپ کھل گئے ہیں۔ انسانیت کا کاروبار دروں پر شروع ہو گیا۔ غیر قانونی طریقوں سے لالچوں کے ذریعے آنا جانا معمول بن گیا۔ کئی دفعہ یہ لالچیں غرقاب ہوئیں۔ اپنی گمشدہ جنت کی تلاش میں آنے والوں کو نہ ساحل ملانہ کفن دفن نصیب ہوا اور وہ پھیلیوں کی خوراک بن گئے۔

دولت جمع کرنے کی ہوس اور اپنا معیار زندگی بہتر کرنے کی خواہش نے مجھے بھی اپنے ملک سے دور جا پھینکا اور میں دیار غیر میں ایک ڈاکٹر کی حیثیت سے گیا۔ یہ دیار غیر مقدس جگہ ہے جہاں روضہ رسول ﷺ ہے جہاں خدا کے محبوب محبوب استراحت ہیں، جہاں ہر وقت رحمتوں کی بارش ہوتی ہے۔ جہاں ہر لمحے عقیدت و محبت کے پھول نچھاور ہوتے ہیں، جہاں کروڑوں فرشتوں کے ساتھ لاکھوں انسان درود و سلام کے گجرے پیش کرتے ہیں، جہاں بڑے بڑے بادشاہوں، سرداروں کے سر جھک جاتے ہیں، جہاں دنیا بھر کے مسلمان

# آپ کوشش کر کے اپنا وزن کئی کلو گرام کم کر سکتی ہیں تاکہ حسن و جمال میں زوال نہ آئے

(مرسلہ بہت رشید و احسن)

جگہوں پر چائیں جو صحت بخش خوراک پیش کرتے ہیں۔ ویٹ واجر زائنٹر شیل کی چیف سائنسٹ کیرن ملر کوواچ (Karen Miller Kovach) کہتی ہیں: ”ایسی خوراک اگر آپ کبھی کچھ زیادہ مقدار میں بھی کھالیں گے تو اپنے وزن کو کنٹرول میں رکھ سکیں گے۔ یہ مسئلہ خوراک کو الگ الگ حصوں میں بانٹنے کا ہے۔“

## برائے سہولت نکاح

بعد نماز عشاء ”یا لطیف، یا ودود“ گیارہ سو گیارہ بار اول و آخر دو شریف گیارہ سو گیارہ بار، چالیس دن متواتر ناغہ نہ کرے۔ اگر ایک یا دو دن ناغہ ہو جائے تو اتنے ہی دن مزید کر لے اور تین دن تک متواتر ناغہ ہو جائے تو مل کو دوبارہ شروع کرے اور بلا ناغہ چالیس دن پورے کرے۔ مطلوبہ کا تصور کر کے پڑھنا ہے۔ انشاء اللہ تعالیٰ مقصود حاصل ہو جائے گا۔ اگر چالیس دن سے پہلے مقصود حاصل ہو جائے تب بھی نہ چھوڑے اور چالیس دن پورے کرے۔

### اغوا شدہ لڑکی کی بازیابی کے لیے

کوئی بچہ یا لڑکی اغوا ہو گئے ہوں یا گم ہو گئے ہیں یا کوئی چیز گم ہو گئی ہو تو مندرجہ ذیل عمل کریں۔ انشاء اللہ تعالیٰ گم شدہ لڑکی یا لڑکا یا کوئی بھی شے واپس آ جائے گی۔ عمل یہ ہے۔ ”یا حَفِیظُ“ ایک سو انیس بار (119) مرتبہ پڑھنے کے بعد پھر یہ آیت ”یٰۤاَیُّهَا اِنَّ تَکُ مِفْقَالٌ حَبِیْبَةٌ مِّنْ خَزَنِ دَلِّ تَفْتَنُ لِّیْ صُخْرَۃٌ اَوْ فِی السَّمٰوٰتِ اَوْ فِی الْاَرْضِ یٰۤاَبَہَا اللّٰہُ اِنَّ اللّٰہَ لَطِیْفٌ خَبِیْرٌ“ (سورہ لقمان آیت نمبر 16)

### ہر قسم کی وبا سے حفاظت کے لیے

وباء کے موسم میں آیت الکرسی اکتالیس ۴۱ مرتبہ جس جگہ چاہے دھار کر دے اس طرح کہ جس جگہ سے شروع کرے وہیں پر ختم کرے۔ انشاء اللہ تعالیٰ وباء کے اثر سے محفوظ رہیں گے۔ (بحوالہ بدترین پریشانوں کے لیے لا جواب و خائف، صفحہ نمبر 5)

بحث مسئلہ کے حل کے لیے بھی ایسے طریقہ ہوتے ہیں جو ہر تہ میں جن کی مدد سے کھانے کی عجیب و غریب عادات پر قابو پایا جاسکتا ہے۔

امریکی ادارہ نیشنل ویٹ کنٹرول رجسٹری (NWCR) کی ایک محقق میری لوکلم (Mary Lou Klem) کا کہنا ہے: ”بہت سی خواتین بغیر سوچے سمجھے اپنے لیے بھی کھانے کی اتنی ہی مقدار لیتی ہیں جتنی وہ اپنے شوہروں کو دیتی ہیں لیکن مرد چونکہ جسمانی اعتبار سے، خواتین سے بڑے ہوتے ہیں اور ان میں عضلات کی ضخامت بھی نسبتاً زیادہ ہوتی ہے اس لیے وہ اگر عورتوں کے مقابلے میں قدرے زیادہ کھالیں تب بھی ان میں فالٹو چربی نہیں بنتی۔ بیٹھے رہنے کا عادی مرد اگر خوراک سے 9200 کلو جول توانائی حاصل کرتا ہے۔ تو اس کے مقابلے میں اسی طرح کی سہل انگار (ست) عورت کو 6700 کلو جول توانائی کی حامل خوراک کی ضرورت ہوگی خوش قسمتی سے اس مسئلے کا حل بالکل سادہ ہے۔ وہ یہ کہ آپ اپنے لیے پلیٹ میں کم کھانا نکال لیں یا چھوٹی پلیٹ استعمال کریں اور آہستہ آہستہ کھائیں۔ دوسرا طریقہ یہ ہے کہ آپ کم چکنائی والے شوربے کا پیالہ لیں اور اسے آہستہ آہستہ ختم کریں۔

بوشن یونیورسٹی میں غذائیات کے پروفیسر جون بلیک (Joan Slage Blake) کا مشورہ ہے کہ سلاڈ بنانے کے لیے خورد خضاکار نہ طور پر آگے آئیں اور سلاڈ کو کھانے کے دوران اصل ڈش کے طور پر پیش کریں اور اپنے شوہر کی پسند کی ڈش کو ذیلی ڈش کے طور پر رکھیں۔ ایک 33 سالہ فوڈ سروس ڈائریکٹر رینڈی شسٹر (Randy Schuster) بتاتی ہیں: ”میں اور میرا شوہر گھر سے باہر کھانا ریسٹوران میں کھانا کھانا پسند کرتے ہیں کیونکہ اس طرح ہم گھر کے جھیلوں سے نجات حاصل کر کے آزادانہ گفتگو کر سکتے ہیں۔“ شادی کے پہلے سال رینڈی شسٹر کے وزن میں 5 کلو گرام کا اضافہ ہوا۔ میں ہمیشہ کھانے کے آخر میں زیادہ پیو اور مصالحوں والا کھانا پسند کرتی ہوں۔ گھر میں مجھے اس قسم کا کھانا نہیں ملتا۔ اس مشکل کا ایک حل یہ ہے کہ کھانا کھانے کے لیے ہمیشہ ان

شادی کے بعد خواتین موٹاپے کا شکار کیوں ہو جاتی ہیں؟ اگر گفتگو کو اپنی مرضی پر چھوڑ دیا جاتا تو وہ اکثر و بیشتر سبزیوں استعمال کرتی۔ کئی کئی دنوں تک اس کارات کا کھانا سادہ سلاڈ دیا دلیے اور چائپ کی بوٹی پر مشتمل ہوتا۔ لیکن 39 سالہ گفتگو کو اپنے افراد خانہ کی پسند کا خیال رکھنا پڑتا ہے۔ اس نے مجبوری ظاہر کرتے ہوئے کہا: ”میرے بیٹے کو بہت کم سبزیوں پسند ہیں۔ اور میرے شوہر ظفر آلو گوشت کے رسیا ہیں۔ ان کی شادی کو 21 سال ہو گئے ہیں۔ ذرا اندازہ لگائیے کہ اس عرصہ میں ان کی جسمانی ساخت میں کیا تبدیلیاں واقع ہوئی ہوں گی۔ گفتگو اور ظفر کے وزن میں تقریباً 50 کلو گرام کا اضافہ ہو چکا ہے۔ بہت سے جائزوں سے ثابت ہوتا ہے کہ شادی کے بعد وزن کا بڑھنا ایک عام سی بات ہے۔ 15 ہزار لوگوں پر مشتمل ایک جائزے کے مطابق شادی کے 13 سال بعد خواتین کے وزن میں اوسطاً 11 کلو گرام اور مردوں کے اوسطاً 9 کلو گرام کا اضافہ ہوا۔

گفتگو اپنے فالٹو وزن کی وجہ سے اپنے شوہر کی نسبت زیادہ پریشان ہے۔ بہت سی خواتین کے لیے وزن کا مسئلہ 64,000 کلو جولز (Kilojoules) کا مسئلہ ہے۔ (کلو جولز جسمانی طاقت کی اکائی کا نام ہے)۔ اس سے واضح ہو جاتا ہے کہ وزن کی زیادتی ہماری حقیقی زندگی کا کتنا تکلیف دہ مسئلہ ہے۔ اس کے باوجود غذائی ماہرین اسے بہت کم زیر بحث لاتے ہیں۔ ماہر نفسیات باربرا سٹورٹ (Barbara Sturt) کا کہنا ہے کہ: ”ایک مفروضہ قائم کر لیا گیا ہے کہ جب بھی کوئی خاتون اپنا وزن گھٹانا چاہتی ہے تو اس کے شوہر کے جسم میں سنسنی کی ایک لہری دوڑ جاتی ہے جبکہ اکثر و بیشتر فی الواقع ایسا نہیں ہوتا۔“

شادی شدہ زندگی میں بچے، مصروف نظام الاوقات اور کئی دیگر عناصر بھی وزن گھٹانے کی کوششوں کا ناکام بنانے میں حصہ لیتے ہیں۔ اسی لیے سٹورٹ اگر شادی اور ماں بننے کے عمل کو خواتین میں موٹاپے کا سب سے بڑا سبب قرار دیتی ہے تو اس میں تعجب کی کوئی بات نہیں۔ لیکن رکیے! بعض بہت ہی پختہ عادات و اطوار میں بھی رد و بدل کرنا ممکن ہوتا ہے۔ زیر

یا رسول اللہ ﷺ مجھے  
اپنے ساتھ لے چلیے

مومنہ کا صبر

مولانا فضل الحسن حسرت مولانا کی بیگم، نشاط النساء ایک آسودہ حال گھرانے کی بیٹی تھیں۔ لیکن اپنے حریت پرست شوہر کے ساتھ ساری زندگی خاصی پریشانی میں گزری۔ مولانا قید ہو جاتے، تو گھر کی ساری ذمے داریاں خود سنبھال لیتیں اور جیل سے باہر ہوتے، تو بھی پریس اور پریچے کے کاموں میں ان کا ہاتھ بٹا تے۔

۱۹۳۷ء میں بیگم صاحبہ علیل ہو گئیں۔ ریڑھ کی ہڈی میں کچھ تکلیف تھی۔ پسیلوں کے نیچے شدید درد رہتا اور مسلسل لینے رہنے کی وجہ سے کمر میں زخم ہو گئے تھے یہ سب تکلیفیں ایسی تھیں کہ انہیں کسی کروٹ چین نہ لینے دیتیں، لیکن ان کے صبر کا حال یہ تھا کہ زبان پر کبھی حرف شکایت نہ آیا۔ کوئی حال دریافت کرتا تو فرماتیں جو اللہ کی مرضی اور جو اس کی مصلحت۔ کبھی تکلیف بہت ہی شدت اختیار کرتی تو کہتیں۔ ”جب مرض میں ایسی اذیت ہے تو جان نکلنے کے وقت کیا حال ہوگا؟“ انتقال سے ایک دن پہلے خواب میں رسول اللہ ﷺ کی زیارت ہوئی دامن تمام کر عرض کی ”یا رسول اللہ ﷺ مجھے اپنے ساتھ مدینے لے چلیے“ ارشاد ہوا: ہاں ہم جلد ہی تمہیں بلائیں گے اور اس بات کا بھی ہم نے ذمہ لے لیا ہے کہ نزع کے وقت کچھ تکلیف نہ ہو گی۔ یہ خواب دیکھ کر بیدار ہوئیں، تو پسیلوں میں درد تھانہ زخموں میں نہیں، مرتے دم تک پرسکون رہیں اور نہایت سکینٹ کے ساتھ دنیا سے تشریف لے گئیں۔

(بحوالہ بہارِ رفتہ کی یادیں)

## ملفوظ خاص

قرآنی آیات اور احادیث کی اردو عربی تحریر میں اگر کمپوزنگ کی غلطی رہ گئی ہو تو ضرور اطلاع کریں، حتی المقدور درکوشش کے باوجود بھی کہیں کمی بیشی ہو سکتی ہے، آپ کے مشکور ہو گئے۔ اللہ تعالیٰ ہمیں حق، سچ لکھنے کی توفیق عطا فرمائے۔

# پالک سبزی ہی نہیں علاج بھی ہے

مزاج تبدیل ہو جائے یہ خشک کھانسی اور یرقان والوں کو فائدہ دیتی ہے۔ ہلکا بخار میں مبتلا لوگ اسے بے خوف استعمال کریں۔ یہ بخار، زلہ، زکام درد گردہ اور تھیر معدہ کیلئے بے حد مفید ہے۔ ہلکا پالک میں فولاد اور کیلشیم کی مقدار بہت زیادہ ہوتی ہے۔ فولاد خون بڑھاتا ہے اور جگر کو تقویت دیتا ہے۔ کیلشیم ہڈیوں کی ساخت کو مضبوط، سخت اور پائیدار بناتا ہے اسلئے خون کی کمی میں پالک کی سبزی بہترین غذا اور دوا ہے۔ زود ہضم ہونے کی وجہ سے مریضوں کو اس کے کھانے میں فائدہ ہوتا ہے۔

**احتیاط:-** پالک کو سروسوں کے ساگ یا گوشت میں ڈال کر پکایا جائے۔ سروسوں کے ساگ کا چوتھائی حصہ پالک کا ساگ ہونا چاہیے اور اسے گھی کے بغیر پکانا مفید نہیں۔ سردی کی شکایت والوں کو پالک کا ساگ استعمال نہیں کرنا چاہیے۔ وہ لوگ جوتلی کے بڑھنے کے مرض میں مبتلا ہوں انہیں بھی پالک کا ساگ نہیں کھانا چاہیے۔

(بقیہ: رو کر دعا مانگنے والے پر دیسی کی غم زدہ آپ بیتی)

میں اپنے کلینک کی طرف چل پڑا۔ جب کلینک پہنچا تو وہاں میری نظر بچے بڑی جو اپنے والد سے فس نہس کر رہا تھا اور اس کا باپ بھی مسکرا کر میری طرف دیکھ رہا تھا۔ میں کہنے کی سی کیفیت میں انہیں دیکھ رہا تھا۔ حقیقت کو غائب سمجھ رہا تھا۔ وہ شیخ دوڑتا ہوا میرے پاس آیا۔ ”اے لڑکا!..... وہ میرے ساتھ لپٹ کر بولا۔ ”میرا سروس سے مریض بچہ بالکل ٹھیک ہو رہا ہے۔ خدا نے میری سن لی ہے ڈاکٹر! تمہاری دوا میں بڑا اثر ہے۔“..... اور اس نے نہ جانے کتنے ریال میرے آگے رکھ دیئے۔

میں اس دولت سے لائق اس موقع میں تھا کہ وہ اس اثر تھا یا دعا میں جو زندگی میں پہلی دفعہ دل کی گہرائیوں سے مانگی تھی اور جس نے زہریلی دوا کو شفا میں بدل دیا اور ساتھ ہی میری دنیا بھی بدل گئی۔ مجھے آدی سے انسان بنایا۔ کچھ عرصہ بعد جب روضہ رسول ﷺ سے جدا ہونے لگا تو ایسا معلوم ہوا جیسے اپنی تمام دولت یہاں چھوڑ کر جا رہا ہوں۔ میں وطن پہنچ کر انسانیت کی خدمت میں مصروف رہنے لگا اور اپنے اندر سکون کی ایک ایسی لذت اور مٹھاس محسوس کرنے لگا جو دولت کے انباروں میں بھی نہیں ملتی اور جو بڑے بڑے بخلوں، بنگلوں اور کاروں میں نصیب نہیں ہوتی..... اس حقیقت کو بے گئے مجھے حقیقی سکون عطا کیا اور اب میں پرسکون زندگی بسر کر رہا ہوں۔

عربی اسفاناخ فارسی اسفاناخ انگریزی Spinach  
پالک مشہور سبزی ہے۔ اس کے پتوں کا ساگ بنا کر کھایا جاتا ہے۔ پاکستان کے ہر حصہ پر کاشت کی جاتی ہے۔ پالک کے پتے نگو نے زردی مائل سبز ہوتے ہیں اسلئے دونوں دوا کے طور پر بھی استعمال کیے جاتے ہیں۔ اس کی مقدار خوراک پالک کا پانی پانچ تولہ ہے، جب کہ پکا ہوا ساگ آدھ پاؤ ہے۔

پالک کا مزاج سرد وتر ہے۔ اس کے حسب ذیل فوائد ہیں۔  
۱۔ جلن اور پیاس کیلئے پالک تہایت مفید ہے۔ گرمی کی وجہ سے اگر گلے میں درد ہو تو اس کے پانی کا غرارہ فائدہ دیتا ہے۔  
۲۔ پالک کے پانی میں چینی ملا کر پلائیں تو گلے کا درد، یرقان اور پیشاب کے درد کیلئے مفید ہے۔  
۳۔ جن لوگوں کے جسم میں خون کی کمی ہو۔ اس کے استعمال سے انہیں کشتہ فولاد جتنا فائدہ ہوتا ہے۔  
۴۔ دائمی قبض والوں کیلئے اس کا باقاعدہ استعمال قبض کو دور کر دیتا ہے۔  
۵۔ پالک گرم و خشک مزاج والوں کیلئے بہترین تھہ ہے۔ پتھری یرقان اور مالنجولیا میں بطور ترکاری کھانا بہت مفید ہے۔  
۶۔ پالک کا جوشاندہ بخاروں، پیچھے پھڑوں اور سوزش معدہ و پیاس کو تسکین دیتا ہے اور دانٹوں کے درد کو آرام دیتا ہے۔  
۷۔ سانس کی تکلیف کو دور کرتا ہے۔ عمر بڑھاتا ہے۔ ہر مزاج کا آدی کھا سکتا ہے۔

صرفاء کو دور کرنے کیلئے ٹھنڈک دیتا ہے۔  
۸۔ پالک خشک کر کے اگر سفوف بنا لیا جائے تو تین ماہے سفوف ہمراہ پانی کھانے سے تپ دق میں جب گرمی کی شدت ہو تو فائدہ دیتی ہے۔  
۹۔ تمام سبزیوں سے زیادہ زود ہضم ہے اور معدہ کی جلن دور کرتی ہے۔  
۱۰۔ پیشاب آور سبزی ہے۔  
۱۱۔ جو لوگ خشکی اور گرمی کا شکار ہوں۔ انہیں پالک کا استعمال کثرت سے کرنا چاہیے۔  
۱۲۔ جسم میں حیاتیات کی مقدار کم بڑھانے کیلئے پالک اور مولی کے پتے بطور سلاڈمنک لگا کر کھانے چاہئیں۔  
۱۳۔ پالک کی سرد مزاجی کو ختم کرنے کیلئے اسے پکاتے وقت دارچینی شامل کر لینی چاہیے تاکہ اس کا



## ریت پر روضہ کا نمونہ بنائیں اور دیدار رسول ﷺ سے مستفید ہوں

(ع ۴ چہ پری)

حضرت سلطان باہو اپنی کتاب ”شش العارفین“ میں تحریر فرماتے ہیں کہ پہلے وضو کرے پھر غسل کرے اور کسی جنگل میں جا کر ریت یا مٹی پر آنحضرت ﷺ کے روضہ مبارک کی شکل بنائے اور اس کے گرد اگر د روضہ مبارک کا نمونہ بنائے اور قبلہ مبارک کے اوپر انگلی سے بڑا خوشخط کر کے محمد بن عبد اللہ ﷺ لکھے۔ شروع کرنے سے پیشتر یہ پڑھے اور پھر روضہ مبارک کر گرد لکھے۔

إِنَّ اللَّهَ وَمَلَائِكَتَهُ يُصَلُّونَ عَلَى النَّبِيِّ يَا أَيُّهَا الَّذِينَ آمَنُوا صَلُّوا عَلَيْهِ وَسَلِّمُوا تَسْلِيمًا (سورہ احزاب آیت نمبر 56) اور یہ تین مرتبہ کہے کہ خدا کے واسطے محمد ﷺ بن عبد اللہ کی زیارت ہو۔ اتنا کہنے سے آنحضرت ﷺ کی زیارت ہوگی (انشاء اللہ)۔ اس کے بعد سورہ ملک یا سورہ منزل یا سورہ یسین یا سورہ انفحات پڑھے اور نو مرتبہ کلمہ طیبہ کی ضرب دل پر لگائے اس کے بعد درود شریف اور لا حول پڑھے اور آنکھ بند کر کے مراقبہ کرے۔ یہاں تک کہ خواب اور بیداری ایک ہو جائے۔ اس کے بعد آنحضرت ﷺ مع لشکر اصحاب کرام پڑھنے والے کا ہاتھ پکڑ کر کھڑا کریں گے اور اس کی ہم کو سراجام دیں گے۔ اس عمل کو تین بار ہندہ کہتے ہیں۔ (محکمہ الفقراء)

”فقری مجموعہ وظائف“ میں علامہ عالم فقری درود فقری کے بارے میں لکھتے ہیں کہ یہ درود پاک میرے معمولات میں سے ہے اور یہ بے پناہ انوار و برکات کا حامل ہے۔ حضور اکرم ﷺ کی قربت حاصل کرنے کا اعلیٰ ذریعہ ہے۔ اگر کوئی شخص چالیس رات بعد نماز تہجد ۳۱۲۵ مرتبہ پڑھے جو اللہ سے مانگے وہی ملے۔ اگر زیارت رسول ﷺ کی غرض سے پڑھے تو زیارت سے مشرف ہوگا۔ ایسا کرم اللہ نے بندہ ناچیز پر بھی کیا ہے۔ رمضان شریف میں کثرت سے پڑھنا بارگاہ محبوب ﷺ تک پہنچنے کا بہترین وسیلہ ہے۔ وہ درود پاک یہ ہے۔

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى أَفْضَلِ الْحَبِيبِكَ النَّبِيِّ الْعَظِيمِ مُحَمَّدٍ وَ عَلَى آلِهِ وَأَصْحَابِهِ وَسَلَّمَ (خزینہ درود شریف)

علامہ ابن جوزیؒ بحوالہ ابن ہبان اصحابیؒ روایت کرتے

ہیں۔ کہ انہوں نے حضرت محمد رسول اللہ ﷺ کو خواب میں دیکھا اور عرض کیا یا رسول اللہ ﷺ آپ ﷺ کے چچا کی اولاد میں محمد بن ادریس امام شافعیؒ کا انتقال ہو گیا ہے۔ کیا آپ ﷺ نے کوئی اکرام ان کے لئے فرمایا ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا! ہاں میں نے خدا تعالیٰ سے دعا کی ہے کہ محمد بن ادریس شافعیؒ کو روز قیامت بغیر حساب و کتاب کے بخش دے۔ میں نے عرض کیا ایسی شفاعت کس عمل کی وجہ سے فرمائی گئی۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا۔ شافعیؒ مجھ ﷺ پر ایسا درود پڑھا کرتا تھا جو آج تک کسی نے نہیں پڑھا۔ میں نے عرض کیا وہ درود کیا ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا۔

اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ كُلَّمَا ذَكَرَهُ الذَّاكِرُونَ وَ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ كُلَّمَا غَفَلَ عَنْ ذِكْرِهِ الْغَافِلُونَ ”جذب القلوب“ میں زیارت کے لئے یہی درود لکھا ہے۔ ”شرح الدلال“ میں ہے کہ اس درود کو سوتے وقت ۷۰ مرتبہ پڑھیں زیارت ہو گی۔ (خزینہ کرم) (روضۃ الاحباب) (سعادت الدارین) (تحفۃ المحبین) (شفاء القلوب) (فضائل درود شریف)

**آواز میں ترنم کے لیے**  
قاری نست خواں حضرات کے لیے تحفہ درود پاک ”صلی اللہ علیہ وسلم“ ایک سو اکیس بار درود پاک پڑھ کر نہار منہ پانی پر دم کر کے پئیں۔ آواز میں ترنم پیدا ہوگا۔ **نوٹ:** بے یقین والے عمل نہ کریں، یقین اور درود پاک کی لگن والے عمل کریں۔ انشاء اللہ فائدہ ہوگا۔ (مرسلہ: صوفی اقبال۔ سرائے عالمگیر)

(بقیہ: القمار کے زبردست کمالات و صفات)  
وہ تیل صبح و شام اکیس روز تک بچے کے جسم پر مالش کیا جائے انشاء اللہ بچہ جلد تندرست ہو جائے گا۔

**گھر میں خلل و آسیب کے لیے :-**  
اگر کسی گھر میں جن و آسیب کا ظلم ہو یا وہاں رہنے سے ڈر لگتا ہو ایک کورے چرائے پر سات جگہ یا تھار لکھ کر قبل سے گھر کر روشن کیا جائے جس گھر میں گیارہ دن تک یہ چراغ روشن ہوگا۔ انشاء اللہ بفضل خدا اس میں کوئی جن یا سانپ اور سوڈی چیز نہ رہے گی اور وہ مکان تمام آفتوں سے پاک ہوگا۔ البتہ اس گھر میں کوئی تصویر یا مورتی موجود نہ ہونی چاہیے۔ ورنہ بجائے نفع کے نقصان ہوگا۔

## کسی بھی شخص کو دوزخی نہ کہئے!

حضرت جندبؓ سے روایت ہے۔ کہ رسول اللہ ﷺ نے فرمایا ہے کہ ”ایک آدمی نے کہا کہ اللہ کی قسم فلاں کو اللہ تعالیٰ نہ بخشے گا۔ اللہ تعالیٰ نے ارشاد فرمایا ”وہ کون ہے جو مجھ پر قسم کھاتا ہے کہ میں فلاں کو نہ بخشوں گا۔ میں نے فلاں کو بخش دیا اور تیرے عمل ضبط کر لیے۔“ جیسے حضور اکرم ﷺ نے فرمایا (مسلم) حضرت ابو ہریرہؓ سے روایت ہے کہ حضرت جندبؓ نے فرمایا کہ ”بنی اسرائیل میں دو دوست تھے جن میں آپس میں محبت تھی۔ ان میں سے ایک عبادت میں کوشاں تھا اور دوسرے کے متعلق کہتے ہیں گنہگار تھا۔ عابد کہنے لگا کہ ان کاموں سے باز آج میں تو چھٹا ہوا ہے۔ وہ کہنے لگا مجھے میری راہ پر چھوڑ دے۔ ایک دن عابد نے اسے ایسے کنہا پر پایا جسے اس نے بہت ہی بڑا جانا تو بولا اللہ کی قسم تجھے رب تو کبھی نہ نشت۔ مرگت میں داخل کرے۔ اللہ تعالیٰ نے ان دونوں کے پاس فرشتہ بھیجا۔ جس نے ان دونوں کی روحیں قبض کیں۔ یہ دونوں رب کے پاس جمع ہوئے تو رب نے گنہگار سے فرمایا تو میری جنت میں داخل ہو جا میری رحمت سے اور دوسرے سے فرمایا کہ تو میرے بندے پر میری رحمت روک سکتا ہے۔ عرض کیا نہیں فرمایا لے جاؤ اسے آگ میں۔ (مشکوٰۃ)

(بحوالہ عداوت کے آنسو، صفحہ نمبر 24-25)

(بقیہ: قوت حافظہ کیسے بگڑتی ہے کیسے سنورتی ہے؟)  
بچہ پڑھنے کی اہلیت کم ہو جاتی ہے۔ اس طرح دماغ کو خون تھوڑی مقدار میں ملتا ہے۔ اور دماغ کے نیروان آسکین کی کمی محسوس کرنے کی وجہ سے درست کام نہیں کر پاتے۔ بڑھے لوگ عموماً سنی کی باتیں یاد رکھتے ہیں اور حال بھول جاتے ہیں اس کے متعلق کہا جاتا ہے کہ آسکین کی کمی کے باعث درست طور پر پروڈکشن نہیں بنتے۔ ایک تجربے میں اڑسٹھ سال کی عمر کے بارہ مریضوں کو پندرہ روز تک دن میں دوسرے دو گھنٹوں کے لیے خالص آسکین دی جاتی رہی، چنانچہ ان کی یادداشت بہتر ہوئی لیکن جوں ہی آسکین کی سپلائی بند ہوئی وہ ایک خاص وقت کے بعد پھر یادداشت کے بارے میں شکایت کرنے لگے۔ ماہرین نفسیات کے نزدیک دماغ کو مستعد رکھنے کے لیے نئے نئے کام سیکھنا اور مطالعہ کرتے رہنا بہت زیادہ سودمند ہے۔ ورزش سے بھی بڑا اچھا اثر پڑتا ہے۔ یادداشت میں کمی کی شکایت مستعد لوگوں میں بہت کم ہوتی ہے۔



ملک بھر سے مخفی، تجربہ کار اور صاحب اخلاص احباب کی ضرورت ہے جو عبقری کے زیادہ سے زیادہ سالانہ نمبر بنانے میں مدد کریں۔ دس سالانہ نمبر بنانے پر ایک اعزازی سالانہ نمبر شپ دی جائیگی خواہش مند حضرات فوری رابطہ کریں۔

فون 0322-4688313 موبائل نمبر 042-7552384

# کلونجی الجھے بیمار بالوں کے لیے تریاق ہے

## کلونجی بالوں کے لیے تریاق

بال، حسن نسوان کا ایک بنیادی اور نازک پہلو ہے۔ جہاں مردوں کی زیبائش و آرائش کیلئے سر کے بال جزو لازم ہیں۔ وہاں عورتوں کی آرائش و نمائش کیلئے، حسن جادوانی کی بقاء کیلئے سر کے بال بہت ہی زیادہ اہمیت رکھتے ہیں۔ ذیل میں ایک نسخہ دیا جا رہا ہے جو کہ سر کے بال بڑھانے کیلئے بہت موثر اور مفید ہے۔ **ترکیب اول:** اسپنول ثابت ایک چھٹانک۔ ایک کلو پانی میں رات کو بھگو دیں۔ صبح اچھی طرح مل کر اس کا لعاب کسی موٹے کپڑے میں چھان لیں۔ اور اس میں کلونجی بالنگل باریک میدہ کی ہوئی آدھی چھٹانک ملا کر سر کے بالوں کی جڑوں میں اچھی طرح لگائیں۔ کم از کم تین یا چار گھنٹے یہ لیپ لگا رہے۔ اور اس کے بعد تازہ پانی سے سر دھو لیں۔ کچھ عرصہ مسلسل ایسا کرنے سے بالوں کا بڑھنا زیادہ ہو جائے گا۔ ان کا گرنا رک جائے گا۔ بعض اوقات بال دو شاخ ہو جاتے ہیں۔ ایسی حالت میں بھی یہ لیپ مفید اور موثر ہوتا ہے۔ **ترکیب دوم:** کلونجی باریک ہسی ہوئی آدھی چھٹانک۔ بیری کے پتے سبز تقریباً ایک پاؤ۔ دونوں کو آپس میں یک جان کر کے خوب کوٹ لیں۔ اتنا کوئیں کہ آپس میں مل جائیں اور یہ ایک لیپ سا تیار ہو جائے۔ اگر یہ لیپ کچھ گاڑھا ہو تو ہلکا سا پانی ملا یا جا سکتا ہے۔ اور بالوں کی جڑوں میں یہ لیپ لگایا جائے۔ اور سر پر اچھی طرح کپڑا باندھ لیا جائے۔ کم از کم چار گھنٹے تک یہ لیپ لگا رہے۔ پھر اتار کر تازہ پانی سے سر دھو لیں۔ یہ بھی بالوں کے جلد امراض کیلئے مفید و موثر ہے۔ **ترکیب سوم:** بیری کے پتے ایک پاؤ۔ کلونجی آدھی چھٹانک۔ دونوں کو تقریباً ۳ کلو پانی میں ابال کر ہلکا نیم گرم کر کے اس سے روزانہ صبح سر دھوئیں۔ اور سر میں یہی پانی لگا رہے۔ تاکہ جذب ہوتا رہے۔ یعنی اس دوائی کے پانی کے بعد دوسرا پانی سر دھونے کیلئے بعد میں استعمال نہ کیا جائے۔

## سج دور کرنے کا نسخہ

اگر مذکورہ نسخہ یعنی بیری کے پتے اور کلونجی کا لیپ سچ پر مسلسل کئی ماہ کیا جائے تو بہترین نتائج سامنے آتے ہیں۔ لیکن ایک مزید

نسخہ بھی اس ضمن میں بہت مفید ثابت ہو ہے۔

حوالہ شانی: انڈے کی زردی کا تیل دو چمچ بڑے۔ کلونجی باریک پسپی ہوئی آدھا چمچ دونوں کو ملا کر سر پر اچھی طرح رگڑیں۔ اور مالش کریں۔ اس طرح مستقل کرنے سے سج دور ہو جاتا ہے۔

## بال خوردہ اور کلونجی

مذکورہ نسخہ گر بالوں کے کیلئے استعمال کیا جائے تو بہتہ بین نتائج سامنے آسکتے ہیں۔ بلکہ ایسے مریض جو بال خوردہ کی تکلیف سے عاجز آچکے تھے۔ اور بیماری نے خاص طور پر پھنوسوں، سر کے بال، اور داڑھی، میں بدنمائی پیدا کر دی تھی ایسے تمام مریضوں کیلئے یہ نسخہ بہت ہی زیادہ مفید اور موثر ہے۔

## اچھری اور کلونجی

یہ ایک ایسی تکلیف ہے۔ جو سر کی جلد میں نمودار ہوتی ہے۔ اور پھر خاص طور پر جسم کے ان حصوں پر بڑھتی جاتی ہے۔ جہاں بالوں کی کثرت ہوتی ہے۔ ایسی تمام کیفیات کیلئے یہ نسخہ بہت ہی زیادہ مفید ہے۔ یعنی بیری کے پتے اور کلونجی کا لیپ۔ جس کی ترکیب پہلے گزر چکی ہے۔

(بقیہ لندن سے چند گریہاں مشرقی صورت کی قید والی زندگی دیکھنے آئیں) راستوں پر گامزن ہیں اور اسے ترقی کی راہ خیال کر رہے ہیں اب میں یہ بھی بتا دیتا چاہتا ہوں کہ عورت کا یہ بدلا ہوا مزاج کیا گل کھلائے گا۔ عورت اپنی آزادی کو لامحدود کرنے کے لیے مرد کے جھنجھٹ سے نکل جانا چاہتی ہے۔ عورت جب مرد سے الگ اور مقابل رہے گی تب گھر کا تصور ختم۔ گھر کا تصور ختم ہوا تو ہمارے معاشرے کا خوبصورت گھریلو نظام تباہ ہو جائے گا اور پھر مشرق اور مغرب میں امتیاز ختم ہو جائے گا۔ مرد و زن بلا امتیاز ہر جگہ اور ہر طرح آداری میں مشغول ہو جائیں گے۔ کسی کا کوئی گھر نہیں ہوگا۔

جہاں روٹی ملی وہی گھر اور پھر سب لوگ کئی چنگ ہوں گے۔ اپنی جنم بھومی کی عقیدت کا جذبہ ختم ہو جائے گا۔ اس کے ساتھ ہی والدین سے بھی محبت ختم۔ بہن بھائیوں سے قطع تعلق۔ والدین اپنا بڑھاپا اولاد ہاؤس میں گزاریں گے اور بچے خبر نہیں ملک کے کس شہر میں کس کے ساتھ، کس حیثیت میں، زندگی گزار رہے ہوں گے۔ کیونکہ بھر میاں بیوی کا تصور ختم ہو کر دوستی میں بدل جائے گا۔ صرف انڈر اسٹینڈنگ میں ہی گزارہ ہوگا۔

## میں شراب پیئے لگتا، وہ آکر شراب گرا دیتی

حضرت مالک بن دینار سے مروی ہے کہ ان سے ان کی توبہ کا سبب پوچھا گیا تو انہوں نے بتایا کہ "میں پولیس میں تھا اور بہت شراب پیتا تھا۔ میں نے ایک خوبصورت باندی خریدی جو میرے لئے بہت اچھی ثابت ہوئی۔ اس سے میرے ہاں ایک لڑکی پیدا ہوئی۔ مجھے اس سے بہت محبت ہو گئی جب وہ پیروں پر چلنے لگی تو اس کی محبت میرے دل میں اور بڑھ گئی وہ بھی مجھ سے بہت محبت کرتی تھی۔ جب میں شراب پیئے لگتا تو وہ آکر شراب گرا دیتی تھی جب اس کی عمر دو سال ہوئی تو اس کا انتقال ہو گیا مجھے اس کی موت نے دل کا مریض بنا دیا جب پندرہویں شعبان کی رات تھی اور جمعہ کی رات بھی تھی میں نشے میں چور ہو کر سو گیا اور میں نے عشاء کی نماز بھی اس دن نہیں پڑھی تھی۔ میں نے خواب میں دیکھا کہ قیامت قائم ہو گئی ہے اور صور پھونکا جا چکا ہے، قبریں پھٹ رہی ہیں اور حشر قائم ہے اور میں لوگوں کے ساتھ ہوں اچانک میں نے اپنے پیچھے سرسراہٹ محسوس کی میں نے پیچھے کی طرف مڑ کر دیکھا تو ایک بہت بڑا کالا اور زرد رنگ کا اثر دھا میرے پیچھے منہ کھولے میری طرف بڑھ رہا ہے تو میں اس سے ڈر کر بھاگتے ہوئے، ایک صاف سترے کپڑے پہنے ہوئے ایک بزرگ کے پاس سے گذرا جن کے پاس خوشبو پھیلی ہوئی تھی میں نے انہیں سلام کیا انہوں نے جواب دیا تو میں نے کہا کہ شیخ "شیخ مجھے اس اثر دھ سے بچائیے اللہ آپ کو اپنے ہاں پناہ دے گا وہ بزرگ روتے ہوئے کہنے لگے کہ میں کنزور ہوں اور یہ مجھ سے بہت طاقتور ہے میں اس پر قادر نہیں ہو سکتا لیکن تم جلدی سے بھاگ جاؤ شاید اللہ تعالیٰ کسی کو تم سے ملا دے جو تمہیں اس سے بچالے تو میں سیدھا بھاگنے لگا۔ میں وہاں قیامت کے مناظر دیکھنے لگا ایک اونچائی پر چڑھا تو وہاں زبردست آگ تھی میں نے اس کی ہولناکی کو دیکھا اور میں نے چاہا کہ اثر دھ سے بچنے کے لیے اس آگ میں کود جاؤں مگر کسی نے چیخ کر کہا کہ لوٹ آ، تو اس آگ کا اہل نہیں ہے تو میں مطمئن ہو کر واپس آ گیا اور اثر دھا میری تلاش میں تھا میں اسی بزرگ کے پاس آیا۔

(بقیہ صفحہ نمبر 38 پر)

## لندن سے چند گوریاں مشرقی عورت کی قید والی زندگی دیکھنے آئیں

گھر میں صفائی ستھرائی کا کام کرنے والی خواتین کی ہڈیاں مضبوط رہتی ہیں۔ گھر میں لگے لان پر گھاس کی مشین چلانے اور کپڑوں میں جمع پتے صاف کرنے کے کام سے بھی ہڈیوں کی صحت اور مضبوطی بہتر ہوتی ہے۔ یہی وجہ ہے کہ پرانی خواتین چونکہ یہ کام خود کرتی تھیں، ان کی ہڈیاں بھی مضبوط رہتی تھیں۔ ان کاموں کا ایک اور اہم فائدہ یہ بھی ہے کہ ان کی وجہ سے جسم میں جراثیم کا مقابلہ کرنے کی صلاحیت بھی مستحکم رہتی ہے۔ گویا ان کا نظام مدافعت بھی چست رہتا ہے۔ کولمبیا یونیورسٹی کے ایک مطالعے کے مطابق گھر اور محلے میں کام کے دوران وزن اٹھانے، چیزیں ادھر سے ادھر رکھنے جیسی سرگرمیوں کے ساتھ ساتھ روزانہ ایک گلاس دودھ پینے والی خواتین کی ہڈیاں محفوظ پائیں گئیں۔

امریکا میں ہر سال دو لاکھ پچاس ہزار افراد کے کولھے کی ہڈیاں ٹوٹتی ہیں۔ ان میں سے پچھتر فی صد بڑی عمر کی خواتین ہوتی ہیں۔ رپورٹ کے مطابق جوانی کی عمر سے جسمانی محنت کرنے اور باقاعدگی سے دودھ پینے والی خواتین چوں کہ اپنی ہڈیاں مضبوط کر لیتی ہیں۔ بڑی عمر میں ان کی ہڈیاں ٹوٹنے کے خطرات کم رہتے ہیں۔

مغربی عورت مشرقی گھر بلو زندگی کو دیکھ کر حیران ہوگئی لندن سے چند گوریاں مشرقی عورت کی قید والی زندگی دیکھنے آئیں۔ پروپیکنڈہ یہی ہے کہ مشرقی عورت قید خانے میں بے شمار مشکلات کا شکار ہے۔ مردان پر ظلم ڈھا رہا ہے۔ گوریوں نے گھر گھر جا کر مشاہدہ کیا۔ وہ حیران رہ گئیں کہ مشرقی عورت کو کوئی بنائی سلطنت ملی ہوئی ہے۔ جس کا مغربی عورت تصور بھی نہیں کر سکتی اور ان کے لیے مزید حیرت انگیز بات یہ کہ مشرقی مرد اپنی بیوی کے لیے اپنی جان بھی دے سکتا ہے اس کے بعد کئی مغربی عورتوں نے ایشیائی مردوں سے شادیاں کی اور ان سے گھر بنانے کا مطالبہ کیا جہاں وہ رہیں اور ان کے بچے رہیں۔ جس معاشرے کی پیروی ہم کر رہے ہیں وہاں کی عورت عزت دار گھر اور محافظ خاندان کی حسرت کرتی ہے اور ہم بربادی کے (بقیہ صفحہ نمبر 15 پر)

## کالی دنیا کالے عامل اور اذلی کالی مشکلات کا زوال اور قرآن طاقت کا کمال

قرآنی نساات سے۔ علی و دروری سے آئے ہم آپ کو قرآنی شفا سے روکنے میں تاکہ آپ کی مایوس گردنے والی مشکلات فوری دور ہوں یقین چاہیے ان آزمودہ قرآنی شفا کو آزمائے خود شکی تک پہنچنے والے خوشحالی کی زندگی ہمیں خوشی بسر کر رہے ہیں۔ قارئین! انشاء اللہ آپ عبقری کے صفحات میں سورۃ البقرہ سے لے کر سورۃ الناس تک کے روحانی وظائف و عملیات ملاحظہ فرمائیں۔

مریض ورنہ اس کے گھر والے اس آیت کو بکثرت تلاوت کریں۔ انشاء اللہ بہت جلد مشکل آسان ہو جائے گی اور خاتمہ بخیر ہوگا۔ آیت یہ ہے: رَبَّنَا أَفْرِغْ عَلَيْنَا صَبْرًا وَتَوْفِنَا مُسْلِمِينَ (سورہ اعراف آیت نمبر 128)

### بارک عمل

اگر کوئی شخص جناب سید المرسلین خاتم النبیین ﷺ و اصحابہ اجمعین کی زیارت سے شرف ہوتا چاہے وہ جمعرات کے دن سے دوسرے جمعہ تک تو برابر اس آیت کو عشاء کی نماز کے بعد ایک ہزار مرتبہ روز پڑھے انشاء اللہ زیارت سے شرف ہوگا۔ آیت شریف یہ ہے: فَالَّذِينَ آمَنُوا بِهِ وَعَدَّرُوهُ وَنَصَرُوهُ وَاتَّبَعُوا النُّورَ الَّذِي أُنْزِلَ مَعَهُ، أُولَئِكَ هُمُ الْمُفْلِحُونَ (سورہ اعراف آیت نمبر 157)

### ہل اضطراب قلب از حسان کے لیے

ہول کے مرض، اضطراب قلب اور خفقان کے لیے مینہ کے پانی سے اس آیت کا سات مرتبہ سات روز تک لکھ کر پلانا یا مینہ کے پانی سے زعفران گھول کر سات مرتبہ آیت کو لکھ کر مریض کے گلے میں ڈالنا بفضلہ تعالیٰ بہت مفید ہے۔

إِذْ يُغِيثُكُمُ النَّعَاسُ أَمْنَةً مِنْهُ وَيُنْزِلُ عَلَيْكُمْ مِنَ السَّمَاءِ مَاءً لِيُطَهِّرَكُمْ بِهِ وَيُذْهِبَ عَنْكُمْ رِجْزَ الشَّيْطَانِ وَلِيَرْبِطَ عَلَى قُلُوبِكُمْ وَيُثَبِّتَ بِهِ الْأَقْدَامَ (سورہ اعراف آیت نمبر 11)

### 12 رسالوں پر مشتمل عبقری کی مکمل فائل

مضبوط جلد محفوظ رسالے۔ آج ہی طلب فرمائیں۔ یہ فائل موجودہ اور آئندہ مسائل کے حل کے لیے ایک کامیاب گھریلو معالج ثابت ہوگی ایک سال کی مکمل فائل قیمت۔ 200/- روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

### دل کالے سے مٹ گیا

اگر کسی مریض کا دل کھانے سے مٹ گیا ہو اس کو استالیں مرتبہ اس آیت شریف کا پڑھ کر پانی پر دم کر کے پلانا نہایت مفید ہے انشاء اللہ جلد مریض دانہ پانی خود مانگے گا آیت یہ ہے: قُلْ مَنْ حَرَّمَ زِينَةَ اللَّهِ الَّتِي أَخْرَجَ لِعِبَادِهِ وَالطَّيِّبَاتِ مِنَ الرِّزْقِ قُلْ هِيَ لِلَّذِينَ آمَنُوا فِي الْحَيَاةِ الدُّنْيَا خَالِصَةً يَوْمَ الْقِيَامَةِ (سورہ اعراف آیت نمبر 32)

### وطن کی سلامت واپس آئے گا

اگر کوئی شخص حج کرنے جائے اور گیارہ مرتبہ اس آیت کو مشک سے لکھ کر اپنے بازو پر باندھ لے انشاء اللہ تعالیٰ بالیقین اپنے وطن میں صحیح سلامت واپس آئے گا۔ آیت یہ ہے۔

إِنْ رَحِمَتِ اللَّهُ قَرْيَةً، مِّنَ الْمُحْسِنِينَ

(سورہ اعراف آیت نمبر 58)

### قوم کی بھلائی کے لیے خدا کے حکم سے رو کرنا

اگر کسی شخص کا اس کی قوم پر برادری یا اہل وطن سے کسی دینی معاملہ میں نزاع ہو اور قوم اس سے اختلاف کرتی ہو۔ عشاء کی نماز کے بعد سے پانچ سو مرتبہ اس آیت کا ایکس دن تک پڑھنا ایک نکتہ قوم کی بیجا مخالفت کو خدا کے حکم سے دور کرتا ہے آیت شریف یہ ہے: وَسِعَ رَبُّنَا كُلَّ شَيْءٍ عِلْمًا عَلَى اللَّهِ تَوَكَّلْنَا رَبَّنَا افْتَحْ بَيْنَنَا وَبَيْنَ قَوْمِنَا بِالْحَقِّ وَأَنْتَ خَيْرُ الْفَاتِحِينَ (سورہ اعراف آیت نمبر 89) زیادہ ضرورت کے موقع پر تین ہزار مرتبہ روزانہ پڑھنا مناسب ہے۔

### خاتمہ بخیر ہونے کے لیے

اگر کوئی مسلمان نزاع کی حالت میں مبتلا ہو اگر ہو سکے تو خود



مردوں کے لیے

ریت کا احساس بخشتے گا۔ (سید عرفان احمد)

طریقہ صحت پر مبنی رویے کے اثرات کے بارے میں اس  
 اور دن میں اب تک یہ اہم نکتے سامنے آئے ہیں۔

جب شادی کا وقت آتا ہے تو نو جوان اکثر اپنے دوستوں سے اپنے معاملات کا ذکر کرتے ہیں بالخصوص شادی شدہ دوستوں سے مشورے مانگتے ہیں۔ یہ دوست اپنے تجربات کو سامنے رکھ کر اپنی جوان مردی بلکہ ہم جوئی کے قصے خوب مزید مصلحہ لگا کر سناتے ہیں۔ یہ تجربات سن کر اپنی جنسی صحت سے سہمے ہوئے نو جوان مزید خوف زدہ ہو جاتے ہیں۔ قصے سننے والا اس لیے بھی مجبور ہوتا ہے۔ کہ اگر اس نے ناقابل

# خوشگوار ازدواجی تعلق کی دشمن عادات

(تحریر: فرحانہ شہزادی)

کوئی نہ کوئی جھنجھلا اٹھا ہے اور ہمارے تعلقات کشیدہ ہونے لگتے ہیں۔ یہ جوڑا ان ازدواجی مسائل کا شکار ہے، آج سے چند سال پہلے کسی نے ان مسائل کا تذکرہ بھی نہ سنا تھا۔ بڑھتی ہوئی مہنگائی نے کئی گھرانوں کی خواتین کو مجبور کر دیا ہے کہ وہ بھی مالی ذمہ داریوں کا بوجھ اٹھانے میں اپنا حصہ ڈالیں۔ خانگی ذمہ داریاں اپنی جگہ موجود رہتی ہیں اور انہیں پورا کرنے میں بھی دونوں کو برابر حصہ لینا پڑتا ہے۔ نہ وہ اپنے کام کو پورا وقت اور یکسوئی دے پاتے ہیں اور نہ اپنے گھر کو۔ دونوں پر دباؤ بڑھتا رہتا ہے اور اس دباؤ کو برداشت کرنے کے لئے جس صبر و تحمل کی ضرورت ہوتی ہے، ہم میں سے اکثر لوگ اس سے محروم ہوتے ہیں۔

ایسی صورت حال سے متاثر ہونے والی سب سے پہلی چیز ازدواجی تعلقات کا رومانی عنصر ہوتا ہے۔ دونوں میاں بیوی کے لئے قربت کے لمحات حاصل کرنے کے مواقع کم ہوتے چلے جاتے ہیں۔ پھر دوسری علامات ظاہر ہونا شروع ہوتی ہیں۔ چڑچڑاہٹ، بے صبری، نیند کے مسائل، خوش مزاجی میں کمی۔ بہت سے جوڑے ایسے بھی ہوتے ہیں جو اپنے اعصاب کو ٹوٹ پھوٹ کے بچانے کے لئے عارضی سہارے تلاش کرنے لگتے ہیں اور سرگرمیت یا سکون آور ادویات کے عادی ہو جاتے ہیں۔ اس دباؤ کو کیسے کم کیا جاسکتا ہے؟ اپنے ازدواجی تعلقات کو اس کی تباہ کاریوں سے کیسے بچایا جاسکتا ہے؟ آئندہ شمارے میں اس حوالے سے چند اہم اصول بیان کریں گے جن پر عمل کر کے اس صورت حال میں گرفتار جوڑے بہت حد تک اپنی ذہنی و جسمانی دباؤ سے نجات حاصل کر سکیں گے۔

(بقیہ: پیغمبر ﷺ اسلام کا غیر مسلموں سے حسن سلوک)

کہ ابو جہل حضرت محمد ﷺ کو سرعام قتل کرنے کی کوشش کرے اور وہاں پر موجود قبیلہ قریش کے دوسرے افراد صرف تماشا بنے رہیں اور ان کی نجات کے لیے کوئی اقدام نہ اٹھائیں؟ میں (یعنی کنسلن ویرٹیل) ان کے جواب میں یہی کہوں گا کہ جی ہاں اس زمانے میں یہ واقع رونما ہوا ہے جیسا کہ آج بھی جب کہ بیسویں صدی کا زمانہ ہے اس قسم کے واقعات جزیرۃ العرب میں رونما ہوتے رہتے ہیں میں نے خود اپنی آنکھوں سے دیکھا ہے کہ یمن میں ایک چور کا ہاتھ کاٹ دیا گیا اور ایک دفعہ یہ بھی دیکھا کہ ایک راہزن کی گردن سرعام اڑا دی گئی لیکن وہیں موجود قماشایوں کے چہرے پر کسی قسم کے رحم یا ہمدردی کے آثار نمایاں نہیں ہوئے۔ اس کی وجہ یہ ہے کہ ایک عرب اور خاص طور پر ایک بدوی عرب کی نظر میں ”ترحم“ کا مطلب وہ نہیں ہوتا جیسا کہ ہم یورپ کے رہنے والے سمجھتے ہیں۔

پھر ہے جبکہ ان کے شوہر و کالت کرتے ہیں۔ ان کے دونوں بچے ہیں جن کی عمریں آٹھ اور چھ سال ہیں۔ دونوں بچے تعلیم حاصل کر رہے ہیں۔ اگر حالات ہموار انداز میں چلتے رہے تو ان کی روٹین کچھ اس طرح ہوتی ہے۔ محترمہ اپنے سکول سے فارغ ہو کر گھر آتی ہیں اور دوپہر کا کھانا تیار کرتی ہیں۔ صاحب بچوں کو ان کے سکول سے لیکر گھر چھوڑ جاتے ہیں، محترمہ انہیں کھانا کھلاتی ہیں، اس کے بعد انہیں ٹیوشن کے لئے چھوڑ کر آتی ہیں۔ واپسی پر وہ تھوڑی دیر گھر کے کام وغیرہ کرتی ہیں اور پانچ بجے کے بعد رات کے کھانے کی تیاری میں مصروف ہو جاتی ہیں۔ کھانا پکا کر وہ بچوں کو ٹیوشن سے واپس لاتی ہیں۔ گھر واپسی پر کچھ دیر صاحب کے واپس آنے کا انتظار کیا جاتا ہے اور اگر انہیں واپسی میں دیر ہو رہی ہو تو بچوں کو کھانا کھلا کر سلا دیتی ہے۔ اس کے بعد وہ شوہر کی واپسی تک جاگتی رہتی ہے۔ اور ان کے واپس آکر کھانا کھانے کے وقت تک عموماً دونوں اتنے تھک چکے ہوتے ہیں کہ بستر پر لیٹتے ہی نیند کی وادیوں میں اتر جاتے ہیں۔ آپس میں کوئی بات کرنے کا موقع انہیں بہت کم ملتا ہے۔

اگرچہ یہ روٹین خاصی حد تک قابل قبول ہے لیکن بد قسمتی سے حالات ہمیشہ ہموار انداز میں نہیں چلتے۔ اکثر کسی بچے کی طبیعت خراب ہو جاتی ہے یا محترمہ کو سکول نکلنے ہوئے دیر ہو جاتی ہے اور وہ وقت پر کھانا تیار نہیں کر پاتیں یا صاحب راستے میں ٹریفک میں پھنس جاتے ہیں اور بچوں کے سکول تک پہنچنے میں تاخیر ہو جاتی ہے۔ ہر مرتبہ ایسی کوئی صورت حال پیش آنے پر دونوں کو خاصی ذہنی کوفت اٹھانا پڑتی ہے۔ اس کے علاوہ دیگر خاندانی مصروفیات بھی وقت مانگتی ہیں اور جب کبھی بھی ایسا ہوتا ہے، دونوں اپنے اپنے کام کا حرج ہونے کی شکایت کرتے ہوئے نظر آتے ہیں صاحب کا کہنا ہے۔ ”ہم اپنی اپنی پیشہ ورانہ مصروفیات کے دباؤ کو اپنے ازدواجی تعلق پر اثر انداز ہونے کی اجازت نہیں دیتے لیکن اپنے پیشے میں اچھی کارکردگی دکھانا اور اس کے ساتھ ساتھ ایک اچھے شوہر یا بیوی اور والد اور والدہ کے فرائض پوری ذمہ داری سے انجام دینا بہت مشکل کام ہے۔ بعض اوقات یہ دباؤ ہم پر غالب آ جاتا ہے، ہم میں سے

گھر جو اور پیشہ ورانہ مصروفیات کا ازدواجی تعلقات میں رخسہ انداز ہونا ایک ایسا مسئلہ ہے جس سے کم و بیش ہر جوڑے کو واسطہ پڑتا ہے۔ بات اس وقت اور بھی گھمبیر ہو جاتی ہے۔ جب صرف میاں بیوی نہیں کسی نہ کسی اعتبار سے بیرون خانہ سرگرمیوں کے لئے خاطر خواہ وقت نہ نکال پاتی ہو۔ ٹڈل کلاس سے تعلق رکھنے والے جوڑوں کو عموماً ایسے مسائل پیش نہیں آتے کیونکہ اس طبقے میں اب بھی کمانا مرد کا اور گھر کا چلانا عورت کا کام سمجھا جاتا ہے۔ لیکن بعض گھریلو بھی ہیں جنکے خصوصی نوعیت کے حالات اور روز روز بڑھتی ہوئی مہنگائی میاں اور بیوی سے تقاضا کرتے ہیں کہ دونوں مل کر کمانے اور گھر چلانے والے بنیں۔ جہاں تک ہماری فہم تخمینہ کرتی ہے، ایسے گھروں کی تعداد میں آہستہ آہستہ لیکن بتدریج اضافہ ہوتا جا رہا ہے۔ اس اعتبار سے ازدواجی مسائل بھی بڑھ رہے ہیں۔ اور چونکہ عمومی طور پر ایسے مسائل سے بچنے کے لئے کوئی لائحہ عمل اختیار نہیں کیا جاتا اس لئے ان سے پیدا ہونے والے نتائج زیادہ سنگین اور زیادہ دور رس ہوتے ہیں۔

ایسی ہی ایک خاتون نے ایک روز ہم سے گفتگو کرتے ہوئے بتایا۔ ”میرے پاس ایک اچھی جاب ہے۔ اپنے شوہر سے میرے تعلقات بہت اچھے ہیں اور میرے بچے بھی مجھ سے بہت تعاون کرتے ہیں لیکن ہماری فیملی لائف بروز بروز کنٹرول سے باہر نکلتی جا رہی ہے۔ ہم سب اپنے شینڈل میں اس بری طرح پھنسے ہوئے ہیں کہ ایک دوسرے کے لیے بہت کم وقت نکال پاتے ہیں۔ مجھے ڈر ہے کہ خدا خواستہ اس روٹین کا کوئی غلط نتیجہ برآمد نہ ہو جائے۔“ اس خاتون کے نزدیک اسکی پیشہ ورانہ مصروفیات ان کی گھریلو زندگی کو منفی انداز میں متاثر کر رہی تھیں۔ اس حوالے سے انہوں نے ہمارے سامنے اپنے خدشات کا اظہار کیا۔ کام چھوڑا جاسکتا ہے نہ گھر، دونوں مصروفیات کا متوازن کیا جانا چاہیے۔ پھر بات صرف بیرونی مصروفیات کے گھر پر اثر انداز ہونے پر ختم ہو جاتی۔ یہ تو اردو دھاری ہے۔ کئی دفعہ کے حالات، میاں بیوی کی پیشہ ورانہ مصروفیات کو بھی متاثر کرنے لگتے ہیں۔ مثال کے طور پر درج ذیل صورت حال ملاحظہ کیجئے۔ خاتون ایک سکول میں

# دشمن مر جائے تو خوش نہ ہوں

یقیناً آپ نے کوئی واقعہ سنایا دیکھا ہوگا کہ کسی ایسی کھین اور بھیجیں

سناتھا کہ دشمن مرنے پر اس لیے خوش نہ ہوں کہ دوست بھی آخر مر جائے گا۔ کیا یہ سچ ہے تو پھر کیسے؟

مجھے میرے دوست ارشد صاحب نے واقعہ سنایا کہ ایک شخص بالکل مفلس تھا۔ کسی طرح پنواری بھرتی ہو گیا ترقی کرتے کرتے تحصیل دار بن گیا موصوف بہت سمجھ دار، جہاں دیدہ اور خالص دنیا دار تھا۔ زمینوں کے کاغذات اور اتار چڑھاؤ میں واقعی مہارت رکھتا تھا۔ بڑے بڑے سمجھ دار اس سے مشورے لیتے۔ گھر میں روپے پیسے کی ریل پیل تھی جس سے جتنا چاہتے وصول کرتے جس سے جتنا تاوان ملے کرتے اسے دینا پڑتا۔ جس کی زمین اپنے نام کاغذات میں کر لیتے کسی کی جرأت نہیں ہوتی تھی کہ ان سے لے سکے۔ اس طرح ان کی زمین جائیداد بڑھتی گئی اور خوب بڑھی حتیٰ کہ شہر بھر میں بہت ہی زیادہ بزنس جائیداد اور زمینیں بن گئیں۔

بتانے لگے کہ ایک شخص کی زمین کا مسئلہ تھا وہ حق دار تھا یہ وہ زمین اپنے نام کرنا چاہتے تھے۔ اس دور میں اس شخص نے کھاد کی بوری نوٹوں سے بھری اور لیکر ان کے سامنے الٹ دی اور منت کی میری زمین کو کچھ نہ کہے۔ واقعی وہ جائیداد زمین کا مجازی خدا تھا۔ اس کے ڈر کی صورت حال یہ تھی لوگ گھنٹوں انتظار کرتے کہ ان کی قسمت کا فیصلہ کیسے ہوتا ہے؟ یونہی دن رات گزرتے گئے اور ظلم و ستم اور استبداد کی کہانی بڑھتی چلی گئی۔ قدرت کا علم اپنی حالت پر قائم رہا۔ تقدیر کا فیصلہ اٹل ہوتا ہے آخر کار موت نے ساری کائنات لوٹ لی۔ جنازے پر بہت لوگ تھے۔ ایک شخص میت کے قریب آیا منہ دیکھا اور پھر دھاڑیں مار مار کر رویا اور کہا کہ وہ میرا بیکڑ زمین کا کیا ساتھ لیکر جا رہا ہے۔ اور سنا کہ کچھ لوگ اس کی قبر پر جوتے مار کر آئے کہ ہماری جائیداد ساتھ لے گیا۔ اس کے علاقے میں اس کا ایک مقابل بھی تھا اس کا کردار اسی کی طرح صرف قبضہ کرنا اور زمین بڑھانا تھا۔ جب یہ شخص مر گیا تو وہ بہت خوش ہوا اور ہر شخص کو

مبارک باد دے رہا تھا کہ میرا دشمن مر گیا لیکن قدرت کو کچھ اور منظور تھا۔ وہ اس طرح کہ یہ کسی کی زمین پر قبضہ کر رہے تھے، وہ مالک آگیا اور گریبان سے پکڑا جھنجوڑا کہ ظالم یہ زمین تو میری ہے تجھے کیا حق پہنچتا ہے کہ اس پر اپنا قبضہ جما رہا ہے اور ہلکا سا دھکا دیا۔ یہ گرا اور وہیں مر گیا۔ بس اس کا دشمن چند ماہ قبل مرا اور یہ مبارک باد دینے والا چند ماہ بعد مر گیا۔ کیا خیال ہے قارئین! دشمن مر جائے تو دوست کو خوش ہونا چاہئے میرے خیال میں ہرگز نہیں بلکہ اس کے انجام سے یہ بے خبر نہ ہو بلکہ اس کے برے انجام سے اپنا انجام بہتر کرنے کا سامان کر لے۔ (سائنس باقی محفل باقی)

## استغفار کے منقول کلمات

حضرت قتادہ فرماتے ہیں کہ ”قرآن مجید تم کو تمہارا مرض اور دوا دونوں بتاتا ہے، تمہارا روگ تو گناہ اور دوا استغفار ہے۔“  
حضرت علی فرماتے ہیں کہ ”جو شخص تباہ ہوتا ہے تعجب ہے کہ نجات اس کے ساتھ ہے اور پھر وہ ہلاک ہو جاتا ہے“ لوگوں نے پوچھا کہ ”نجات کیا ہے تو آپ نے فرمایا کہ استغفار ہے اور آپ فرمایا کرتے تھے کہ اللہ تعالیٰ نے کسی بندے کے دل میں استغفار نہیں ڈالا کہ اس کو عذاب دینا چاہتا ہو، یعنی جس کو عذاب دینا منظور نہیں اس کو استغفار کا الہام کر دیتا ہے۔“

فصیل کا قول ہے کہ ”بندے کی طرف استغفار اللہ کہنے کا معنی ہے کہ مجھ کو معاف کر دے۔“ اور بعض علماء فرماتے ہیں کہ ”بندہ گناہ اور لغت کے درمیان ہے، ان دونوں چیزوں کی اصلاح بجز استغفار اور شکر کے نہیں۔“ اور رجب بن شمیم کہتے ہیں کہ ”تم میں سے کوئی یوں مت کہے ”استغفر اللہ اتوب الیہ“ کہ یہ گناہ اور جھوٹ ہوگا بلکہ یوں کہا کرو ”اللہم اغفر لی وتب علی“ فصیل فرماتے ہیں کہ ”استغفار بغیر گناہ ترک کرنے کے جھوٹوں کی توبہ ہے۔“

(بحوالہ: توبہ کے کمالات، صفحہ نمبر 34)

(بقیہ: سب لوگ نماز کے لیے مسجد میں جاتے ہیں اور وہ ہاتھ روم میں جاتا ہے)  
آپ ﷺ نے بھی فرمایا:

”اللہ تعالیٰ بھوک سے زیادہ کھانے والے کو نفرت کی نگاہ سے دیکھتا ہے“ (مسند الفردوس) آپ ﷺ کا یہی فرمان ہے۔ (جو شخص جتنی شکر پری کرے گا، اتنا ہی زیادہ اسے سعادت قیامت کو بھوکا رہے گا۔) اس سلسلے میں حضور کا فرمان نہایت ہی قابل غور ہے۔ (یعنی بہت زیادہ کھانے والے سے اللہ کی پناہ مانگو) (اکمال بن عدی)

(بقیہ: ماؤں کی غذا بچوں کے لیے شفاء)

سے بھر پور خوراک دے۔ یہ ایک ماں کا فرض ہے کہ وہ اپنے بچے کو کھانا سکھائے۔ پہلے پھل بچے کی غذا بنی ہوئی چاہئے، پھر آہستہ آہستہ تکی غذا کو خشک غذا میں تبدیل کر دیں۔ ماں کو چاہئے کہ بچے کو نرم اور اچھی طرح کچی ہوئی غذا دے۔ جب بچہ خشک غذا دیں تو اس کی مقدار میں آہستہ آہستہ اضافہ کریں۔ جب بچہ ایک قسم کی غذا کھانا سیکھ جائے تو اس کو دوسری قسم کی غذا کھانے کی تربیت دی جائے جو خوراکیں ایک شیر خوار بچے کے لیے مفید ہیں وہ مندرجہ ذیل ہیں: ہنسی کا سوپ، کھجور، کھیر، بین کا طوطا وغیرہ، اس کے علاوہ ہر وہ چیز جو کہ سارا کھد کھاتا ہے بچے کو دی جاسکتی ہے مگر مرج، وغیرہ کم ہونی چاہئے۔ کیونکہ بچے کو تیز مرج، مسالے والی چیزیں نہیں دینی چاہئے۔ کھانے کی عادت بچپن سے پڑتی ہے۔ ایک ماں کا اہم فرض ہے کہ وہ اپنے بچے کو بچپن سے بتائے کہ کون سے کھانے مفید ہیں۔ ماں کا دودھ چھ ماہ تک بچے کے لیے ٹھیک ہے مگر چھ ماہ بعد بچے کو ماں کے دودھ کے علاوہ تمام میسر پھل کھانے چاہئیں۔ بچہ ایک سال کا ہو جائے تو وہ ہر وہ چیز کھا سکتا ہے۔ جو بڑے کھاتے ہیں مگر خوراک نہایت صاف اور کچی ہوئی ہونی چاہئے۔ ہمارے ملک میں سب سے بڑی مشکل یہ ہے کہ اکثر خواتین امن پڑھ ہوتی ہیں اور ان کو یہ معلوم نہیں ہوتا کہ کون سی خوراک بچے کے لیے مفید ہو سکتی ہے۔ ہمیں چاہئے کہ ہم ماؤں کو خوراک کی اہمیت کے بارے میں معلومات ہر ممکن حد تک پہنچائیں۔

(بقیہ: چائے کی پتی سے آنکھوں کے علاوہ علاج مرض ختم)

بس اللہ تعالیٰ نے نہایت مہربانی فرمائی اور مجھے بالکل افادہ ہو گیا۔ قارئین اس نسخہ کے ساتھ بے شمار واقعات وابستہ ہیں کیونکہ میرے پاس مریض آتے رہیں تھے ان کے تجربات میں آنکھ کے قارئین تک پہنچا دیتا ہوں۔

**حوالہ نمبر 10** گرام چائے کی پتی دانہ دار نہ ہو، 10 گرام مہندی کے خشک صاف پتے لیکر ان کو آدھا کلو پانی میں 20 منٹ بھکی آج پر پکا لیں۔ اتار کر چھان لیں اور ٹھنڈا ہونے کے لیے رکھ دیں۔ ٹھنڈا ہونے کے بعد آدھا پانی چائے کی پتی والا اور آدھا عرق گلاب ملا کر اس کو ڈراپر میں ڈال کر ٹھنڈی جگہ پر رکھیں اور ضرورت پڑنے پر ایک ایک قطرہ دونوں آنکھوں میں دن میں پانچ سے آٹھ بار ڈالیں۔ انشاء اللہ بہت زیادہ فائدہ ہوگا۔

## درس سی ڈیز اور کیسٹ

قارئین کے مسلسل اصرار کے بعد الحمد للہ ہر مشکل حکیم صاحب کے درس کی سی ڈیز اور کیسٹ دستیاب ہیں۔

قیمت سی ڈی 40 روپے کیسٹ 35 روپے

ڈیمانڈ کے مطابق V.P کی سہولت بھی موجود ہے۔

# قارئین کی خصوصی تحریریں

## آزمودہ وظائف

(عرفان اللہ خان)

سلام کے بعد عرض یہ ہے کہ جب سے ماہنامہ عبقری کو پڑھا۔ میری زندگی میں ایک نیا انقلاب برپا ہو گیا ہے۔ ماہنامہ عبقری ایک بہت اچھا رسالہ ہے۔ اس میں اسلامک مضامین بہت شاندار ہے۔ میں اللہ تعالیٰ سے ہر وقت یہ دعا کروں گا کہ اللہ تو ماہنامہ عبقری کو راتوں رات کامیابی و کامرانی نصیب فرما۔ اور اسے اللہ تو مددِ حکیم محمد طارق محمود عبقری مجددی چشتی اور ماہنامہ کے تمام اشاف کو لمبی عمریں عطا فرمائیں تاکہ یہ ماہنامہ عبقری مزید بہتر بنا سکے۔ اور اکسین اور بہترین کاوشوں کا اضافہ کر سکے۔ میں نے ماہنامہ عبقری کے جتنے بھی مضامین پڑھے ہیں سب کے سب شاندار ہے۔ اس میں کتابوں کا جو سرسری ذکر کیا ہے وہ بھی بہت شاندار ہے کیونکہ ان کتابوں کے مطالعہ کرنے سے مختلف مسائل نکل آتے ہیں اور انسان کو راہنمائی کرتا ہے۔ مجھے کتابوں کا مختصر تذکرہ بھی بہت شاندار لگا ہے۔ میں چونکہ خود بھی ایک طالب علم ہوں اور فوٹو ایئر میں پڑھتا ہوں لہذا دوسرے طالب علم بھائیوں کے لیے چند وظائف کو بطور صدقہ پیش کرتا ہوں جو کہ طلباء و طالبات کے تعلیمی کامیابی میں اہم کردار ادا کریں گے۔ قوتِ حافظہ بڑھانے کے لیے وظائف و دعائیں (۱) ہر نماز کے بعد سر پر ہاتھ رکھ کر (۱۱) مرتبہ **يَا قُوِيْ** پڑھیں۔ انشاء اللہ تعالیٰ حافظہ قوی ہو جائے (۲) فجر کی نماز کے بعد (۱۱۵) مرتبہ **يَا عَلِيْمُ** پڑھ کر دل پر دم کرنا قوتِ حافظہ بڑھانے کے لئے بہت مفید ہے۔ (۳) جو طالب علم یا طالبہ فجر کی نماز کے بعد درج ذیل آیت کریمہ (۱۱۱) مرتبہ پڑھ لے تو اس کا حافظہ بہت قوی ہو جائے گا اور اسباق آسانی سے یاد ہوں گے۔ **فَمَنْ يُرِدِ اللّٰهُ اَنْ يُهْدِيَهٗ يَسْرُحْ صَلْوَهٗ** (سورۃ الانعام آیت نمبر ۱۲۵)

(پڑھائی میں دل لگانے کے لیے وظائف اور دعائیں)

(۱) جن طلباء و طالبات کا پڑھائی میں دل نہ لگتا ہو وہ ہر نماز کے بعد پوری توجہ سے (۷) بار یہ پڑھ لیا کریں انشاء اللہ تعالیٰ پڑھائی میں دل لگے گا۔ **يَا حَافِظُ يَا عَلِيْمُ يَا قَادِرُ**

**يَا شَافِي** (۲) اگر کسی کا پڑھنے کو دل نہ کرتا ہو تو وہ عصر کی نماز کے بعد (۱۱) مرتبہ یہ دعا پڑھے انشاء اللہ تعالیٰ پڑھائی کا شوق پیدا ہو جائے گا۔

(ذہن تیز کرنے کے لیے وظائف اور دعائیں)

(۱) جن طلباء و طالبات کا ذہن کمزور ہو وہ روزانہ (۱۰۱) مرتبہ **اَللّٰهُ اَدِيْ** پڑھیں انشاء اللہ تعالیٰ ذہن بہت تیز ہو جائے گا۔ (۲) ۴۰ دن روزانہ سورۃ فاتحہ ایک بسکٹ پر لکھ کر کھانے سے ذہن خوب تیز ہو جاتا ہے۔

(سبق یاد کرنے کے لیے آسان عمل)

اگر سبق مشکل سے یاد ہوتا ہو تو صرف (۷) دن سورۃ یٰسین چینی کے کسی برتن میں لکھ کر پی لیں انشاء اللہ تعالیٰ سبق آسانی سے یاد ہوگا۔

(مشکل پر چل کرنے کے لیے وظائف اور دعائیں)

اگر پرچہ مشکل ہو تو اللہ تعالیٰ کو قادر اور اپنے آپ کو محتاج سمجھ کر پرچہ حل کرنے سے پہلے (۳) مرتبہ درج ذیل دعا پڑھیں۔ انشاء اللہ پرچہ آسانی سے حل ہوگا **اَللّٰهُمَّ يَسِّرْ لِيْ هَذِهِ الْوَرَقَةَ الصُّعْبَةَ** (اعلیٰ پوزیشن کے لیے وظیفہ)

(۱) امتحان میں اعلیٰ پوزیشن حاصل کرنے کے لیے خواہشمند طلباء و طالبات ہر فرض نماز کے بعد (۷) مرتبہ یہ دعا پڑھیں۔

**يَا قَادِرُ قَلْبِي الْوَرَقَةُ الْعُلْيَا يَفْضَلِكِ الْعَظِيْمُ**

**بالوں کے مسائل اور ان کا حل**

(توصیفِ اسم۔۔۔ یا کوٹ)

بالوں کے بارے میں اکثر خواتین پریشانی کا شکار رہتی ہیں بہت سی خواتین یہ شکوہ کرتی ہوئی نظر آتی ہیں کہ شیو سے بال ٹوٹتے اور خراب ہوئے ہیں۔ سب سے پہلے تو شیو ہفتے میں ایک بار استعمال کریں جب بھی شیو استعمال کریں پانی میں مکس کر کے استعمال کریں۔ رف بالوں کے لیے کنڈیشنر استعمال کریں مگر جڑوں پر استعمال نہ کریں صرف اوپر والے بالوں پر استعمال کریں۔ ہو سکے تو زیادہ گیلے بالوں میں کنگھی نہ کریں۔ اس سے بال ٹوٹنے کا اندیشہ رہتا ہے۔ بالوں کو

زیادہ دھوپ میں نہ کھولے اس سے ان کی جھب نہ پڑ جاتی ہے۔ بالوں میں دن میں ایک دفعہ کنگھی ضرور کریں اس سے بالوں کی ورزش ہوتی ہے۔ اگر بال کالے کرنا چاہیں تو لال مہندی کو کافی والے پانی میں حل کریں، اس سے مہندی کا رنگ لال کے بجائے کالا آتا ہے اور بالوں کو کوئی نقصان نہیں ہوتا بلکہ بال ملائم ہو جاتے ہیں۔ سکری کے لیے بالوں کو دھونے سے پہلے دو انڈے پھیٹ کر لگائیں اور کم از کم دو گھنٹے لگا رہنے دیں۔ اس سے نہ صرف سکری ختم ہو جاتی ہے بلکہ بالوں میں چمک آتی ہے۔ انڈوں سے بنا شیو استعمال کرنا بھی مفید ہے۔ اگر بال دھونے سے پہلے لیموں کا رس بالوں میں لگائیں تو اس سے چمک پیدا ہوتی ہے۔ لیکن جن کے بالوں میں سکری ہو وہ لیموں کا رس استعمال نہ کریں۔ بال لے کرنا چاہیں تو اس میں روغنِ بادام بہت مفید ہوتا ہے گری (ناریل کا تیل) استعمال کرنے سے بھی بال لے جاتے ہیں۔

## ناقابل فراموش تجربات اور مشاہدات

(لیڈی ڈاکٹر فرحت شفیع کا ناولو جسٹ)

۱۔ آج سے ۲۵-۲۰ سال پہلے جب میں ایف۔ ایس۔ سی کی طالبہ تھی تو میرے داہنے طرف کے اوپر کے جڑے میں ایک چھوٹا سا پیپ کا دانہ سوڑھے میں نکل آیا۔ یہ دانہ پیپ سے کبھی خالی ہو جاتا تھا اور کبھی پھر سے بھر جاتا تھا۔ میں نے Antibiotics کھائیں۔ جسکی وجہ سے پیپ آنی بند ہو گئی۔ لیکن سوڑھے میں بدستور دور ہوتا رہا۔ یہاں تک کہ میں نے داہنے طرف سے کھانا کھانا چھوڑ دیا۔

پھر تقریباً ۲۵ سال بعد میں نے ایک دانت نکالا تو معدے کی تکلیف کی وجہ سے میں نے Antibiotic تو نہیں کھائی لہذا میں نے نمک کی کلیاں شروع کر دیں۔ جس سے میرے نکلے ہوئے دانت کا زخم تو ٹھیک ہو گیا لیکن اس کے ساتھ میرے داہنے جڑے میں جو ایف۔ ایس۔ سی کا زخم تھا وہ بند دانہ پھر سے کھل گیا اور ۲۵-۲۰ سال پہلے کی پیپ پھر سے نکلنے لگی۔ میں نے نمک کی کلیوں کی اور باقاعدگی شروع کر دی اور زیادہ مقدار میں نمک ملا نا شروع کر دیا۔



اہل حاجت کے لیے دعا کی کل کتابیں کیسے پڑھیں گے (پہلے صفحہ ۱۰۷)

# لا علاج بیماریوں کا حقیقی علاج صرف عبادات میں

نبی کریم ﷺ سے ثابت ہے۔

قرآن کریم کی دوسری آیات سرچشمہ صحت کی رہنمائی کرتی ہے۔ ”وَنَزَّلَ مِنَ الْقُرْآنِ مَا هُوَ شِفَاءٌ وَرَحْمَةٌ لِّلْمُؤْمِنِينَ“ اور ہم قرآن میں ایسی چیزیں نازل کرتے ہیں جو ایمان والوں کے حق میں شفا اور رحمت ہیں۔ (سورۃ بنی اسرائیل ۸۲)۔ یہاں یہ بات خاص طور پر توجہ طلب ہے کہ مسلمانوں کا ایمان بلکہ یقین ہے کہ مصیبت من جانب اللہ ہی ہے اور جب ہم سچے دل اور خلوص نیت سے غلطیوں کا اعتراف کر کے معافی کے طالب ہو گئے اور مکمل صحت یابی کیلئے دعا کریں گے تو وہ یقیناً اللہ تعالیٰ کے ہاں مغفرت بھی کرائے گی اور اپنی رحمت سے ہماری مشکلات اور مصائب کو دور بھی کر دے گا۔ علاج بالہجہ ایک نفسیاتی طریقہ علاج ہے جس کی تعلیمات قرآن سے ماخوذ ہیں اور بحیثیت تقابل یہ مغربی طریقہ علاج کو پاس پھٹکنے نہیں دیتا۔ ایک مسلمان کا یہ یقین کامل ہے کہ وہ صرف اللہ ہی کا ایک ادنیٰ غلام ہے اور زندگی اور موت صرف اسی کے قبضہ قدرت میں ہے۔ اسے زندگی کے گونا گوں ہنگاموں میں بہت سے مسائل سے یکسر نجات دے دیتا ہے۔ یہ مذہبی طریقہ علاج جو احادیث نبوی ﷺ اور آیات قرآنی سے مستعار لیا گیا ہے واقعتاً بہت سی دوسری نفسیاتی اور غیر نفسیاتی تکالیف کا منہ توڑ جواب ہے۔ حقیقت یہ ہے کہ کوئی بھی بیماری لا علاج نہیں جیسا کہ مندرجہ ذیل حدیث نبوی ﷺ سے ثابت ہے۔ ”لکل داء دواء“ اللہ تعالیٰ نے مریض کے لئے شفا عطا فرمائی ہے۔ بہت سی بیماریاں ایسی ہیں جن کا علاج ابھی تک دریافت نہیں ہوا یعنی سرطان اور ایڈز وغیرہ لیکن مندرجہ بالا حدیث کے آئینے میں یہ بات سو فیصد وثوق سے کہی جاسکتی ہے کہ یہ بیماریاں بھی لا علاج نہیں۔ لہذا نفسیاتی بیماریوں کا بہترین علاج سکون قلب میں مضمر ہے جو ذکر الہی اور نماز کے ذریعے ممکن ہے تاکہ روحانی اور نفسیاتی صفائی و پاکیزگی کا موجب بنے۔ درحقیقت ہم کسی بھی بیماری کی احتیاط اور روک تھام کیلئے اسلام کے صراطِ مستقیم پر ثابت قدم رہ کر سرخرو ہو سکتے ہیں۔ جیسا کہ آیات قرآنی، احادیث نبوی ﷺ، اور سنت

نہایت افسوس ناک پہلو

انسان طبعی طور پر محرک جسم ہے یہ جامد اور ساکت اجسام کی ضد ہے۔ اسلئے اس کی صحت، تندرستی اور بقا تحریک میں ہے اور نماز بار بار اسی تحریک کا نام ہے۔ قدرت نے اس کے معمولات زندگی اور اس کو ازل سے ابد تک جاننے اور پہچاننے ہوئے نماز میں اس کیلئے اوقات اور وقفے مقرر کیے ہیں۔

نماز فجر (Fajar Prayer)

نماز فجر اس وقت ہوتی ہے جب رات ڈوبنے کو ہوتی ہے اور اس وقت آدمی رات کے سکون اور آرام کے بعد اٹھتا ہے۔ سائنس اور حفظانِ صحت (Hygiene) کا اصول ہے کہ کسی بھی ورزش کو کرنے کیلئے آہستہ آہستہ اپنی رفتار، قوت اور لچک میں اضافہ کیا جائے حتیٰ کہ دوڑنے کیلئے بھی یہ ضروری ہے کہ اس میں پہلے آہستہ آہستہ دوڑیں پھر تیز پھر اور تیز اور پھر سبک رفتار بن جائیں۔ اب اگر انسان صبح اٹھتے ہی سترہ رکعات کی نماز پڑھے تو اس کی جسمانی صحت بہت جلد ختم ہو جائے گی اور وہ بہت ہی جلد اعصاب اور بے طاقتی کا مریض بن جائے گا۔ اور پھر رات سونے بعد صبح اٹھتے ہی پیٹ خالی ہوتا ہے اور خالی پیٹ اور اس وقت جب اعضاء رات بھر سکون میں رہے ہوں اور پھر فوراً انہیں تحریک دی جائے دونوں حالتوں میں سخت محنت اور زیادہ اٹھک بیٹھک بہت مضر ہے اس لئے اللہ رب العزت نے صبح کی نماز بہت مختصر رکھی ہے۔ صبح کی نماز کا بنیادی مقصد انسان کو طہارت (Sterilization) اور صفائی کی طرف مائل کرنا ہے اگر اس نے نماز کا وضو نہ کیا اور مسواک نہ کی اور صبح کا ناشتہ کر لیا تو رات بھر جو جراثیم منہ میں پھلتے پھولتے رہے (اور ان (Bacteria) کی ایک خاص قسم رات سوتے وقت منہ میں پیدا ہو جاتی ہے) اگر وہ غذا، لعاب یا پانی کے ذریعہ اندر چلی جائے تو معدے کی سوزش (Stomach Swelling) اور آنتوں کی درم (Inflammation) اور Intestines) اور السر (Ulcer) کے خطرات بڑھ جاتے ہیں۔

ماں کا ادب و احترام اور خدمت

امام حسن بصریؒ:-

حضرت حسن بصریؒ نے ایک مرتبہ اپنی والدہ خیرہ کے ہاتھ میں کراشہ (گندنا) دیکھا تو کہا کہ اس گندے پودے کو پھینک دو۔ اس پر والدہ نے کہا چپ رہو، تم ٹھیکے شیخ ہو۔ والدہ کی بات سن کر امام حسن بصریؒ ہنس پڑے۔

امام غزوانؒ:-

امام غزوان رقا شئی نہایت عابد و زاہد، مجاہد اور بزرگ عالم دین تھے۔ قرآن کی تلاوت بہت زیادہ کرتے تھے۔ ان کی والدہ بڑھی آچی نہیں تھیں۔ ایک دن غزوان تلاوت کر رہے تھے۔ والدہ نے کہا غزوان، زمانہ جاہلیت میں ہمارا اونٹ گم ہو گیا تھا، تم قرآن میں اس کو پار ہے ہو؟ غزوان نے ماں کی اس بات کا نہ برا مانا اور نہ ان کو جھڑکا بلکہ نہایت ادب اور محبت کے لہجہ میں کہا کہ:

(ترجمہ) ”اے ماں! خدا کی قسم میں اس میں اچھے بدلے کا وعدہ پار ہا ہوں۔“ حضرت غزوانؒ جہاد میں شریک ہوا کرتے تھے۔ جب ان کے ساتھ مجاہدین واپس آئے تو ان کی والدہ استقبال میں نکل کر ان سے معلوم کرتی تھیں کہ تم لوگ غزوان کو پہچانتے ہو؟ تو وہ کہتے تھے: (ترجمہ) ”اے مادر مہربان! وہ تو ہمارے پیشوا ہیں۔“ حضرت غزوان چالیس سال تک کھل کر نہیں بنے تھے۔ ایک شخص نے نہ ہنسنے کی وجہ معلوم کی تو بتایا کہ میں ہنس کر کیا کروں گا؟

(بحوالہ عورت اسلام اور جدید سائنس، صفحہ نمبر 107)

نہایت افسوس ناک پہلو

قارئین عبقری خالص روحانی اور جسمانی خدمت سے مزین ہے۔ قارئین کی سہولت کے لئے کتب ادویات اور رسالہ عبقری VP (وی پی) یعنی ایک فون یا خط پر ہم فوری طور پر یہ اشیاء بذریعہ ڈاک آپ کو مہیا کرتے ہیں۔ نہایت افسوس ناک پہلو یہ ہے کہ VP منگوانے کے بعد اکثر وصول نہیں کرتے اور واپس کر دیتے ہیں قارئین اس کا نقصان آپ کے پسندیدہ عبقری کو پہنچتا ہے حتیٰ کہ ہم سوچنے پر مجبور ہو گئے ہیں کہ آئندہ VP کی سہولت ختم کر دی جائے بلکہ عرض کیا جائے کہ پہلے رقم بھیجیں پھر ہم آپ کا آرڈر پوسٹ کریں گے۔ لہذا درخواست ہے اگر آپ VP منگوائیں تو ابے وصول ضرور کریں ورنہ آپ عبقری کو نقصان پہنچا رہے ہیں۔

# نفسیاتی گھریلو الجھنیں اور آزمودہ یقینی علاج

ناکامی کی وجہ سے انتقام دونوں غلط راہ پر جا لے

سوال: میں ۱۹۴۰ میں ایک درمیانے درجے کے مذہبی گھرانے میں پیدا ہوا۔ میٹرک تک معمولی نمبروں سے پاس ہوتا رہا مگر بعد میں ذہن بہتر ہو گیا اور صرف ۲۲ سال کی عمر میں ایم اے اور ایل ایل بی فرسٹ کلاس میں پاس کر لیا۔ تعلیم کے دوران ہی میری پسند سے خاندان میں ہی میرا نکاح کر دیا گیا۔ اس نکاح میں میرے ابا نے میری طرفداری کی مگر میری امی نے مخالفت کی تھی۔ وکالت کے دوران میری ملاقات ایک محترمہ سے ہوئی جو ایک بڑے سرکاری انسٹیٹیوٹ میں اور ان کے چار بچے تھے اس کے باوجود بات اتنی بڑھی کہ ہم نے شادی کا فیصلہ کر لیا۔ میں نے امی جان پر احسان کر کے اپنی منکوحہ کو طلاق دے دی مگر انہوں نے یہ کہ ہماری کوشش بار آور نہ ہو سکی اور وعدے کے باوجود کہ ہم ہمیشہ پاکیزہ زندگی گزاریں گے۔ ناکامی کی وجہ سے انتقام دونوں غلط راہ پر جا لے اور قدرت نے ہم سے اس گناہ کا یہ بدلہ لیا کہ ہم کو ایک خولصورت پر عظیمہ دیا۔ ان کے شوہر کا تبادلہ ہو گیا اور میں اس قدر پریشان ہوا کہ اچھی خاصی وکالت چھوڑ دی کاروبار کیا تو بیس ہزار کا گھانا اٹھایا۔ آخر ایک جگہ نوکری کر لی۔ جلد ہی ترقی ہو گئی اور میری تنخواہ بارہ سو ہو گئی اس ملازمت کے دوران شادی کی اور اللہ تعالیٰ نے ایک بچے سے نوازا۔ قدرت کی قسم ظریفی یہ کہ میرا تبادلہ بھی اسی شہر میں ہو گیا جہاں محترمہ ہیں۔ ان سے ملا اپنے بچے کو بیاہر کیا۔ انہوں نے بتایا کہ ان کے شوہر کو یقین ہو چکا ہے کہ یہ بچہ ان کا نہیں۔ سب سے بڑی وجہ یہ کہ بچہ مجھ سے مشابہ ہے ان کے شوہر میرے اس معصوم بچے پر بے انتہا ظلم کرنے لگے ہیں جس کو وہ محترمہ برداشت کر سکتیں ہیں نہ میں۔

جب سے میں نے یہ سنا ہے بچہ مجھے ہر وقت یاد آتا ہے رورو کر میری آنکھیں سوج گئی ہیں۔ محترم حکیم صاحب مجھے بتائے کہ میں کیا کروں۔ بچہ حاصل نہیں کر سکتا اس کی ذلت مجھ سے دیکھی نہیں جاتی۔ میرے دوست میری اس حالت پریشان ہیں۔ میرے ماتحت کہتے ہیں کہ صاحب کو کیا ہو گیا ہے۔ خدا کے لئے کچھ بتائیے۔ (عظمت اللہ)

جواب: محترم عظمت اللہ صاحب! یہ تمام کائنات چند فطری

اصولوں کے تحت چل رہی ہے ان فطری اصولوں میں جب بھی کوئی رخنہ ڈالتا ہے تو اس کی تباہی لازمی ہو جاتی ہے۔ ان فطری اصولوں کی بنیاد پر ہم نے چند اخلاقی ضابطے رکھے ہیں ان کی بنیاد ایک طرف ہم نے خود اپنے تحفظ کے پیش نظر رکھی ہے۔ دوسری طرف ان کا تعلق فطری اصولوں سے بھی ہے۔ یہ بات نفسیات سے بعید ہوگی اگر میں یہ کہوں کہ آپ نے ان اصولوں میں ایک نہیں بہت سے رخنے ڈالے ہیں جس کی سزا آج آپ بھگت رہے ہیں۔ میرا مشاہدہ ہے کہ کوئی انسان برائی کرنے کے بعد اس کے نتائج سے بچ نہیں سکتا خواہ آپ اسے تو ہم پرستی کہہ لیں یا فطری اصولوں کا حاصل جمع۔ مگر میرا مشاہدہ ہر بار صحیح ثابت ہوا ہے آپ نے سب سے پہلا رخنہ اس وقت ڈالا تھا جب چار بچوں کی ماں سے راہ و رسم بڑھائی دوسرا بہت بڑا اور خطرناک رخنہ اس وقت ڈالا جب آپ نے ایک معصوم اور بے گناہ لڑکی کو محض اپنے جذبات کی تسکین کیلئے طلاق دے دی۔ تیسرا بدترین رخنہ اس وقت ڈالا جب کہ آپ نے ان محترمہ سے تعلقات قائم کر لئے اتنا کچھ کرنے کے بعد یہ کیسے ممکن تھا کہ آپ اس برائی کے نتائج سے محفوظ رہتے۔ اور اب آپ ایک اور رخنہ ڈالنے کی سعی کر رہے ہیں۔ جس کا نتیجہ اس سے زیادہ الٹا ہو سکتا ہے اور وہ ہے ان محترمہ سے تجدید ملاقات اور بچے سے تعلق۔ فرض کیجئے کہ آپ کے ان جذبات کی بنا پر وہ صاحب ان محترمہ کو طلاق دے دیتے ہیں تو اس کا نتیجہ کیا ہوگا آپ اپنی موجودہ ازدواجی زندگی میں ایک بار پھر شگاف ڈالیں گے۔ اگر آپ اپنے جذبات کی آسودگی کی خاطر محض اس خود فریبی کو سامنے رکھیں کہ آپ محض بچے کی خاطر اس سے نکاح ثانی کر لیں گے تو گویا آپ اس بچے کی تمام زندگی پر حرام ہونے کا ٹھپہ لگا دیں گے ظاہر ہے آپ ایسا کوئی ارادہ نہیں رکھتے لیکن میں صرف یہ کہنا چاہتا تھا کہ آپ کی ان ملاقاتوں کا انجام بھی ناک ہو سکتا ہے۔

## سب سے بڑے گناہ

سوال:- میں میڈیکل کے سال اول میں ہوں مجھے شروع ہی سے ڈاکٹری سے کوئی دلچسپی نہیں رہی مگر گھر والوں کے مجبور کرنے پر میڈیکل میں داخلہ لے لیا۔ میرے ایک چچا ایک ڈاکٹر ہیں۔ سکول میں اچھی پوزیشن سے پاس ہوتا رہا ہوں مگر سال اول کے ٹیسٹ میں بری طرح ناکام رہا۔ میں گھر والوں سے کہتا ہوں کہ میں یہ مضامین نہیں پڑھ سکتا تو وہ کہتے ہیں کہ دوسرے لڑکے بھی تو ہیں عجیب الجھن میں ہوں بتائیے کیا کروں؟ (آر۔ اے۔ قریشی)

جواب:- محترم قریشی صاحب والدین کی یہ تنہا ہوتی ہے۔ کہ وہ اپنی اولاد کو ایسی تعلیم سے آراستہ کریں جس سے وہ آئندہ زندگی بہتر گزار سکے۔ مگر بسا اوقات والدین یہ بھول جاتے ہیں کہ مخصوص تعلیم کے لیے ذہن کا اس مخصوص شعبے کے لیے تیار ہونا بے انتہا لازم ہے اور پھر میڈیکل تو اچھا شوق رکھنے والے لڑکوں کے لیے بھی مشکل ہوا کرتا ہے۔ ان کو بھی دن رات محنت کرنی پڑتی ہے۔ جب میڈیکل میں آپ کو شوق ہی نہیں تو پھر محنت کیسے کریں گے۔ میرے خیال میں تو آپ کو اپنے والدین سے کھل کر بات کرنی چاہئے۔ فضول دات برباد کرنے سے کچھ حاصل نہیں ہوگا۔

اس کا بہترین علاج یہ ہے کہ وہ محترمہ اگر نیک نیت ہیں اور آپ سے از سر نو ناجائز تعلق قائم کرنا نہیں چاہتیں تو انہیں چاہیے کہ کسی طرح شوہر کو یہ یقین دلادیں کہ یہ بچہ انہیں کا ہے اور اس کا پہلا قدم یہ ہونا چاہیے کہ آپ ان سے قطعی طور پر قطع تعلق کر لیں اس طرح آپ نہ صرف اپنی زندگی کو محفوظ کر سکیں

# سب زمین میں دھنس گئے

ہاشم حسینی

یا اور آخرت کے جہنم دینا تو کسے ہے واقعات  
موجودہ جہنم کی اجڑی دیوان دینا کو بدل دیتے ہیں

حضرت عیسیٰ کا ایک ویران گاؤں پر گزر ہوا۔  
آپ نے خدا تعالیٰ سے دعا فرمائی کہ اس کو گویائی عطا  
فرمائے۔ چنانچہ اللہ تعالیٰ نے آپ کی خاطر اسے گویا کر دیا  
اور وہ گاؤں کہنے لگا، اے روح اللہ! آپ کیا چاہتے ہیں؟  
آپ نے پوچھا، تجھے ویران ہونے کتنا زمانہ گزر رہا ہے؟  
کہا، چار ہزار برس۔ پھر آپ نے پوچھا۔ تجھ میں کتنے لوگ  
آباد تھے؟ اس نے کہا، یہ تو مجھے معلوم نہیں مگر اتنا کہہ سکتا  
ہوں کہ ایک ایک نام کے چالیس ہزار مجھ میں آباد تھے۔  
آپ نے پوچھا، ان کی ہلاکت کا کیا سبب ہوا؟ اس نے کہا،  
ان کے پاس ایک سوئے کا بت تھا، جس کی ہر روز ہزار آدمی  
خدمت کیا کرتے تھے اور ہر شب کو ہزار عورتیں اس کی  
خدمت گزاری میں لگی رہتی تھیں اور ہر روز سات بار ان کا  
بادشاہ اس کو سجدہ کیا کرتا تھا اور ایسے ہی ہر شب کو اس کے  
سجدہ میں مشغول رہتا تھا اور وہ لوگ کہا کرتے تھے کہ اس  
کے سوا ہم کسی پروردگار کو نہیں پہچانتے۔ چنانچہ ایک بار تمام  
شب اس بت کے پاس لہو و طرب میں مشغول رہے اور اس  
پر خدا تعالیٰ نے ان سب کو زمین میں دھنسا دیا۔

(احسن الحکایات ۹۶)

## کار خیر کا اچھا انداز

اگر آپ کے پاس کتابیں نئی یا پرانی کسی بھی موضوع یا کسی بھی  
عنوان کی ہوں یا رسائل ڈائجسٹ میگزین وغیرہ کسی بھی موضوع  
کے ہوں اور آپ چاہتے ہوں کہ وہ صدقہ جاریہ کیلئے استعمال ہوں  
مطلوبی خدا اس سے نفع حاصل کرے اور آپ کی آخرت کی سرخروئی  
ہو، مزید وہ رسائل و کتابیں محفوظ ہوں یا پھر یہ رسائل و کتب آپ  
کے پاس زائد ہوں تو دونوں صورتوں میں یہ رسائل و کتب مدیر  
ماہنامہ عبقری کو بے کی نیت سے ارسال کریں وہ محفوظ ہو جائیں  
گی اور افادہ عام کیلئے استعمال ہوگی۔ آپ صرف اطلاع کریں  
منگوانے کا انتظام ہم خود کریں گے یا پھر آپ ارسال فرما  
دیں۔ نوٹ درسی اور سلیبس کی کتابیں ارسال نہ کریں۔

# انجانے خوف، ڈپریشن اور مایوس مریضوں کے لیے روحانی ٹوٹکے

## عرس جانے والا بغیر وراثت گمراہیوں سے

ابو نعیم نے روایت نقل کی ہے کہ ہمیں رسول کریم ﷺ نے  
ایک لشکر میں بھیجا اور فرمایا کہ صبح و شام یہ آیات تلاوت  
فرماتے رہیں۔ ہم نے برابر اس کی تلاوت دونوں وقت  
جاری رکھی۔ الحمد للہ ہم سلامتی اور غنیمت کے ساتھ واپس  
لوٹے وہ آیات یہ ہیں۔

”اَفَحَسِبْتُمْ اَنَّمَا خَلَقْنٰكُمْ عَبَثًا وَّالْنُكْمُ الْاِنْيَا  
لَا تُرْجَعُونَ۔ فَتَعْلٰى اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا  
اِلَهَ اِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ۔ وَمَنْ  
يُّدْعُ مَعَ اللّٰهِ الْاِلهَا اٰخَرَ لَا بُرْهَانَ لَّهٖ بِهٖ  
فَاِنَّمَا حِسْبُهُ عِنْدَ رَبِّهٖ اِنَّهٗ لَا يُفْلِحُ  
الْكٰفِرُونَ۔ وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَّارْحَمْ وَاَنْتَ  
خَيْرُ الرَّحِيْمِيْنَ۔“ (پارہ ۱۸ سورہ مومنون آیت ۱۱۵ تا ۱۱۸)

”ہاں تو کیا تم نے یہ خیال کیا تھا کہ ہم نے تم کو یونہی مہمل  
(خالی از حسرت) پیدا کر دیا ہے اور یہ (خیال کیا تھا) کہ تم  
ہم سے پاس نہیں رہے جاؤ گے اللہ تعالیٰ بہت ہی عالیشان  
ہے جو کہ بادشاہ حقیقی ہے اس کے سوا کوئی بھی لائق عبادت  
نہیں (اور وہ) عرش عظیم کا مالک ہے اور جو شخص اس امر پر  
دلیل قائم ہونے کے بعد اللہ کیساتھ کسی اور معبود کی بھی  
عبادت کرے کہ جس کے معبود ہونے پر اس کے پاس کوئی  
بھی دلیل نہیں سوا اس کا حساب اسی کے رب کے ہاں ہوگا  
جس کا نتیجہ لازمی یہ ہے کہ یقیناً کافروں کو فلاح نہ ہوگی اور  
آپ یوں کہا کریں کہ اے میرے رب میری خطائیں  
معاف کر اور رحم کر اور تو سب رحم کرنے والوں سے بڑھ کر رحم  
کرنے والا ہے۔“

## جنت و آسپ کیلئے ملاج نبوی

ابن ابی حاتم میں ہے کہ ایک بیمار شخص جسے کوئی جن ستارہ  
تھا۔ حضرت عبد اللہ بن مسعود کے پاس آیا تو آپ نے یہ  
آیات قرآنی:

”اَفَحَسِبْتُمْ اَنَّمَا خَلَقْنٰكُمْ عَبَثًا وَّالْنُكْمُ الْاِنْيَا  
لَا تُرْجَعُونَ۔ فَتَعْلٰى اللّٰهُ الْمَلِكُ الْحَقُّ لَا  
اِلَهَ اِلَّا هُوَ رَبُّ الْعَرْشِ الْكَرِيمِ۔ وَمَنْ  
يُّدْعُ مَعَ اللّٰهِ الْاِلهَا اٰخَرَ لَا بُرْهَانَ لَّهٖ بِهٖ  
فَاِنَّمَا حِسْبُهُ عِنْدَ رَبِّهٖ اِنَّهٗ لَا يُفْلِحُ  
الْكٰفِرُونَ۔ وَقُلْ رَبِّ اغْفِرْ وَّارْحَمْ وَاَنْتَ  
خَيْرُ الرَّحِيْمِيْنَ۔“ (پارہ ۱۸ سورہ مومنون آیت ۱۱۵ تا ۱۱۸)

”پڑھ کر اس کے کان میں دم کیا۔ وہ اچھا ہو گیا جب نبی کریم  
ﷺ سے اس کا ذکر کیا تو آپ ﷺ نے فرمایا عبد اللہ تم نے  
اس کے کان میں کیا پڑھا تھا، آپ نے بتلا دیا تو  
حضور ﷺ نے فرمایا تم نے یہ آیتیں اس کے کان میں پڑھ کر  
اسے جلادیا۔ واللہ ان آیتوں کو اگر کوئی بالایمان بالیقین شخص  
کسی پہاڑ پر بھی پڑھے تو وہ بھی اپنی جگہ سے ٹل جائے۔  
(تفسیر ابن کثیر جلد ۳ ص ۴۷۴)

## ایک عکس مٹ جانے والی مائیت الہیہ و مایات خیر

ایک سنائی نے عرض کیا یا رسول اللہ! مجھے اپنی جان  
اور اپنی اولاد اور اپنے اہل و عیال اور مال کے بارے میں  
نقصان کا خوف رہتا ہے۔ آپ ﷺ نے ارشاد فرمایا صبح و شام  
یہ پڑھ لیا کرو۔ ”بِسْمِ اللّٰهِ عَلٰی دِيْنِيْ وَنَفْسِيْ  
وَوَلَدِيْ وَاَهْلِيْ وَمَالِيْ۔“

”اللہ کے نام سے میں اللہ تعالیٰ کے سپرد کرتا ہوں اپنا دین اور  
اپنی جان اور اپنی اولاد اور اپنے اہل و عیال کے مال کو۔ چند دن  
کے بعد یہ شخص آئے تو آپ ﷺ نے دریافت فرمایا اب کیا حال  
ہے؟ عرض کیا قسم ہے اس ذات کی جس نے حق کے ساتھ آپ  
ﷺ کو مبعوث فرمایا میرا سب خوف غائب ہو گیا۔ (کنز العمال  
جلد ۲ ص ۶۳۶) (مشکوٰۃ معرفت ص ۵۵ حضرت مولانا حکیم  
محمد اختر صاحب) **فائدہ:-** جس شخص کو انجانا خوف رہتا  
ہو اور دل خوف سے قرار نہ پکڑتا ہو تو اس پیارے و محبوب  
مسنون عمل کو اپنا حرز جان بنالے اور اسے بیٹھتے بیٹھتے پڑھتا  
رہے ان شاء اللہ تمام غم اور خوف ختم ہو جائیں گے۔



# قدرت کا کرشمہ دیکھئے میں اچانک تندرست ہو گیا

آپ بھی اپنے مشابہت لکھیں صدقہ جاریہ ہے بے ربط ہی کیوں نہ ہوں تحریر ہم سنو لیں گے۔

میری عمر تقریباً ۱۲ سال کی تھی، جب کہ میں اپنے رہائشی قصبہ کے مڈل اسکول میں چھٹی جماعت میں پڑھتا تھا۔ سالانہ امتحان میں صرف تین ماہ باقی تھے کہ نامراد مرض چچک وبائی طور پر تمام قصبہ اور گردونواح کے دیہات میں پھوٹ پڑا۔ میں بھی اس موذی مرض کا بری طرح شکار ہوا۔ تقریباً دو ہفتے کے شدید بخار کے بعد دانے (پھنسیاں) نکلنے شروع ہوئے۔ مگر بہت کم۔ درد سر، خارش گوش و چشم، ہڈیاں اور نیم بیہوشی وغیرہ کی علامات شدید طور پر رہنے لگیں۔ آخر کار چار پانچ روز نیم مردہ نیم زندہ شکل کی طرح تڑپنے کے بعد تمام بدن پر پھنسیاں ظاہر ہو گئیں۔ دونوں کانوں اور بائیں آنکھ میں بھی دانے نکل آئے۔ کانوں کی پھنسیاں تو خیر دوا سے ٹھیک ہو گئیں، مگر آنکھ میں از حد خارش رہنے لگی، ہر وقت پانی بہتا تھا۔ آنکھ روشنی تو کیا اندھیرے میں بھی نہیں کھل سکتی تھی۔ باوجود کافی علاج کے کوئی افادہ نہ ہوا۔ آنکھ کی پھنسیوں میں پیپ بڑ کر زخم ہو گیا اور ڈیلے پرفسید سا پردہ چھا گیا۔

والد محترم صاحب نے ایک نہایت تیز دوا "اشیاف بیض" نامی، جس میں انڈے کی سفیدی بھی پڑی تھی، بنا کر آنکھ میں ڈال دی جس سے سفید سا پردہ تو دور ہو گیا مگر آنکھ میں شدید درد ہو کر پتلی باہر نکل آئی۔ یہاں یہ بیان کر دینا مناسب ہے کہ والد صاحب پنجاب یونیورسٹی کے گریجویٹ ہونے کیساتھ ساتھ ایک اچھے حافظ حکیم بھی ہیں، مگر ایسے نازک موقع پر اچھے اچھے تجربہ کار حکیموں سے بھی بن نہیں پڑی۔ آنکھ کی پتلی باہر نکل آنے پر والد صاحب نے مقامی سرکاری ڈسپنسری کے ڈاکٹر صاحب سے مشورہ کیا تو انہوں نے کہا کہ اگر درد بند نہ ہوا تو آنکھ کی تمام پتلی جڑ سے باہر نکال دینے کے سوا اور کوئی چارہ نہیں اور ایک معمولی انگریزی دوا سی طور پر آنکھ میں ڈالنے کیلئے دے دی کہ کچھ نہ ڈالنے سے تو بہتر ہے۔ خدا کی قدرت کا کرشمہ دیکھئے۔ کہ چند روز کے استعمال کے بعد درد بند ہو گیا اور پتلی آہستہ آہستہ حیرت انگیز طور پر اندر کی طرف جانے لگی اور اتنی اندر چلی گئی کہ آنکھ کی ظاہری حالت میں کوئی نمایاں فرق معلوم

سفیدی پھر پیدا ہو گئی ہے۔ سب کو تعجب ہوا۔ دن گزرتے گئے اور اس واقعہ کی یاد آہستہ آہستہ فراموش ہو گئی۔ اس کے بعد بہت دوائیں استعمال کیں، مگر کوئی فائدہ نہ ہوا، آخر کار اس مشہور مقولے کی صداقت پر یقین ہو گیا کہ چچک کا پھولہ کسی دوا سے دور نہیں ہوتا۔

اب میں ۲۷ سال کا نوجوان ہوں۔ اس عرصے میں آنکھ کی سفیدی دو تین دفعہ کسی نہ کسی اتفاقیہ دوا کے استعمال سے تھوڑی بہت سکر گئی اور پھر اصل صورت میں پھیل گئی اور بس۔ آنکھوں کے مشہور ماہر معالجین کو دکھایا، جن میں مشہور آنکھ کے سرجن بھی شامل ہیں، مگر ان سب کا فتویٰ ہے کہ کسی صورت سے بھی فائدہ نہیں ہو سکتا۔ آپریشن بھی نہیں ہو سکتا۔ غالباً ہمدرد کے مشاورتی تشخیصی بورڈ کے ماہر حکماء بھی میرے اس نظریے سے اتفاق کریں گے کہ یہ سفیدی دراصل ناخونہ ہے جو کہ ایک مرض ہوتا ہے۔ سکرنا اور بڑھنا جس کی خاصیت ہے۔ جس وقت یہ چھوٹے بھائی کی ایدھی لگنے سے سکر کر ایک چھوٹے سفید نقطے کی شکل میں سٹ کر نیچے آ گیا تو اس نقطے کو بھی کسی دوائی کے پھائے یا نرم کپڑے سے باہر نکال دینا چاہیے تھا۔ مگر ایسا نہ ہو سکا اور رات میں پھر یہ پھیل کر اپنی اصل ہیئت پر آ گیا۔ مگر میرا پختہ یقین ہے کہ ایک نہ ایک دن خداوند تعالیٰ کی رحمت کاملہ سے کسی نہ کسی دوا سے میری آنکھ انشاء اللہ پھر بالکل ٹھیک ہو جائے گی۔

(ایم عبدالرحیم کوندہ)

## رحمن کی جتنی رائے

معزز قارئین یہ رسالہ آپ کا اپنا ہے، کیا آپ کوئی ایسا کام کرنا چاہتے ہیں جس سے مخلوق خدا کو نفع ہو، یقیناً آپ کا جواب ہاں ہی ہوگا، تو پھر ماہنامہ عبقری کے صفحات پر اپنی توجہ مرکوز کیجئے، آپ نے ضرور محسوس کیا ہوگا کہ یہ رسالہ سراسر مخلوق خدا کے لئے نفع رساں ہے، آئیے آپ بھی اپنا حصہ ملائیے، آپ اپنی قیمتی آراء جو اس رسالے کی بہتری میں ہماری مددگار ثابت ہو سکیں ہمیں ضرور ارسال کریں، تاکہ اس رسالے کو ایک معیاری بنا کر مخلوق خدا کے روحانی، جسمانی اور نفسیاتی مسائل کے حل کا ٹھیک خادم ثابت کیا جاسکے۔

اپنے قیمتی مشورے مندرجہ ذیل ای میل پر بھی بھیج سکتے ہیں

ubqari@hotmail.com

سوائے اس کے کہ آنکھ کی سیاہی پرفسیدی پھر پیدا ہو گئی تھی، مگر آنکھ کی ظاہری شکل و شبہات کا اتنا ٹھیک ہو جانا بھی میرے لئے آنکھ کی قطعی باہر نکال دینے سے ہزار درجہ غنیمت تھا۔ آخر تین ماہ کی سخت تکالیف برداشت کرنے کے بعد پھنسیوں کے زخم مندمل ہو گئے اور میں چار پانی پر نیچے کے سہارے بیٹھنے لگا۔ اور پھر آہستہ آہستہ کھڑا ہونے لگا۔ مرض کی شدت کے دوران میں میری بائیں ٹانگ اور پاؤں پر فاج پڑ گیا۔ یہ ٹانگ اور پاؤں بھی کسی حیرت انگیز طور پر ٹھیک ہوئے پھر کسی فرصت میں گوش گزار کروں گا۔ فی الحال صرف آنکھ کے متعلق سنئے۔

چلنے پھرنے کے قابل ہونے کے بعد میں ایک دن کمرے کے فرش کی دری پر لیٹا ہوا چھوٹے بھائی سے کھیل رہا تھا۔ ہم دونوں ایک دوسرے کو آہستہ آہستہ لائیں مار رہے تھے کہ چھوٹے بھائی کے پاؤں کی ایدھی آہستہ سے میری خراب شدہ آنکھ پر لگی اور اوپر سے نیچے کی طرف نہایت آہستہ سے ملاش کی طرح رگڑتی ہوئی گزر گئی۔ جب میں اٹھ کر باہر گیا تو مجھے اچانک محسوس ہوا کہ اس آنکھ میں روشنی پیدا ہو گئی ہے۔ خیال ہوا کہ شاید مجھے وہم ہو گیا ہے، مگر دوسری آنکھ ہاتھ سے بند کر کے دیکھا تو واقعی نظر بالکل صاف اور ٹھیک تھی۔ میں بہت خوش ہوا اور والد صاحب کو بھی آنکھ دکھائی۔ انہوں نے دیکھ کر کہا کہ آنکھ کی سفیدی سٹ کر نیچے آ گئی ہے اور آنکھ خدا کے فضل سے بالکل ٹھیک ہو گئی ہے۔ میں نے خود بھی آئینہ لے کر دیکھا، واقعی آنکھ بالکل صاف تھی۔ صرف نیچے کونے میں ایک معمولی سفید سا نقطہ نظر آتا تھا اس کا چنداں خیال نہ کیا کہ یہ بھی خود ہی دور ہو جائے گا۔

اگلے روز جب صبح کو سو کر اٹھا تو محسوس ہوا کہ آنکھ میں روشنی نہیں۔ شیشہ لے کر دیکھا تو پھر وہی سفید پردہ پتلی کی سیاہی پر چھایا ہوا تھا۔ مایوس ہو کر دوڑ کر والد صاحب کو کیفیت بتاتے ہوئے آنکھ دکھائی۔ انہوں نے بھی دیکھ کر تائید کی کہ

# آپ کا خواب اور روشن تعبیر

## کامل بزرگ سے بیعت ہو جائیں

(ایس ایم . . ملتان)

خواب:- میں نماز پڑھتی ہوں مگر پابندی سے نہیں گرمیوں کی رات کو کھانا کھا کر سو رہی تھی کہ خواب دیکھا کہ ایک ویران صحرا ہے اور ہر طرف ریت ہی ریت ہے اور میں وہاں موجود ہوں وہاں ایک کمرہ ہے میں اس کمرے میں جاتی ہوں تو دیکھتی ہوں کہ ایک بابا جی بیٹھے ہیں اور بچوں کو قرآن مجید پڑھا رہے ہیں۔ میں انہیں کہتی ہوں کہ مجھے بھی پڑھنا ہے تو وہ کہتے ہیں کہ سب سے آگے بیٹھ جاؤ۔ میں بیٹھ جاتی ہوں پھر اچانک میں اور بابا جی صحرائیں ہوتے ہیں اور وہاں زمین پر ایک گول دائرہ کھینچا ہوتا ہے وہ کہتے ہیں کہ اس دائرے کے اندر والی زمین میری ہے اور اس زمین میں پودے اور پھول لگے ہیں۔ باقی ہر جگہ ریت ہے اس بابا جی کی زمین پر کسی آفت کا سایہ ہے وہ اس آفت سے بہت پریشان ہوتے ہیں اور اچانک وہاں ایک موٹر سائیکل سوار آتا ہے اور اس آفت کا سایہ اس پر پڑ جاتا ہے اور مر جاتا ہے میں وہاں جاتی ہوں اور آیت الکرسی پڑھ کر پورے دائرے پر چل کر پھونک دیتی ہوں پھر ایک دھماکہ ہوتا ہے اور وہ آفت ختم ہو جاتی ہے اور بابا جی میرے سر پر ہاتھ پھیلتے ہیں اور شاباش دیتے ہیں اس خواب کی تعبیر جلد از جلد دیں۔ واللہ اعلم

تعبیر:- ماشاء اللہ آپ کے حق میں یہ خواب بہت مبارک ہے آپ کو کسی نیک صالح بزرگ سے فائدہ پہنچے گا اور خدمت خلق کی دولت نصیب ہوگی اس لیے آپ کسی تبحر سنت کامل بزرگ سے بیعت ہو جائیں اور ان کی ہدایت کے مطابق دین پر عمل کرتی رہیں انشاء اللہ خوب ترقی ہوگی۔ اس کے علاوہ قرآن کریم کم از کم ایک بار روزانہ تلاوت کیا کریں۔ فقط واللہ اعلم

**نیکیوں کا اہتمام اور گناہوں سے اجتناب**

(سبحی خان۔۔۔۔۔ لپہ)

خواب:- خواب میں میری بہن اور ابو گامی میں جا رہے ہیں اچانک ریل گاڑی میں فائرنگ شروع ہو جاتی ہے تقریباً تمام مسافر فائرنگ کی زد میں آ جاتے ہیں۔ لیکن ہم لوگ یعنی میری بہن اور میں بچ جاتے ہیں۔ جب میں ابو سے اس کے

بارے میں دریافت کرتی ہوں تو ابو بتاتے ہیں کہ یہ لوگ اس بات سے متفق نہیں ہیں کہ یہاں سے ریل گاڑی گزرے یہ اس جگہ کو اپنی ملکیت رکھتے ہیں اس کے ساتھ ہی میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

تعبیر:- آپ فوراً اپنی دینی حالت کی فکر کریں اور نیکیوں کا اہتمام اور گناہوں سے اجتناب کریں ورنہ ناخوشگوار حادثہ پیش آسکتا ہے اور زندگی کی یہ ریل گاڑی ڈانواں ڈول ہو سکتی ہے مگر نافرمانیاں اور غفلتیں جب حد سے تجاوز کر جاتی ہیں۔ تو مہلت کی کسی کھینچ لیجاتا ہے اللہ انہی عافیت میں رکھے۔ (آمین)

## اپنی زندگی کو ازواجِ مطہرات کے

## نقش قدم پر ڈھال ایسی

(طاہرہ بلوچ۔۔۔حیدرآباد)

خواب:- (۱) میں نے دیکھا کہ سب لوگ ایک کمرے میں جمع ہیں وہ سب ہمارے رشتے دار ہیں اور میں بھی ان میں موجود ہوں وہاں پر قرآن خوانی کا اہتمام ہے میں بھی گئی ہوں اور قرآن شریف بھی پڑھا ہے۔ دوسرے دن میں نے دیکھا کہ میں پھر کسی گھر قرآن خوانی میں میں گئی ہوئی ہوں یہ پتا نہیں چلا کہ وہ کس کا گھر ہے؟ میری ایک کزن مجھے تیسواں پارہ دیتی ہے اور کہتی ہے کہ یہ پڑھو لیکن میں اسے کہتی ہوں کہ میں یہ پارہ نہیں پڑھوں گی تو وہ مجھے کہتی ہے کہ یہی ایک پارہ بچا ہے۔ تمہیں یہی پڑھنا ہے میں اس سے وہ پارہ لیتی ہوں اور پڑھنا شروع کرتی ہوں۔ اتنا یاد ہے کہ میں نے پڑھا بھی ہے پھر اس کے بعد میری آنکھ کھل جاتی ہے۔

(۲) ایک سمندر ہے اس کے ایک کنارے پر تو میرے سب گھر والے اور سہیلیاں کھڑی ہوئی ہیں اور میں دوسرے کنارے پر ہوں اس کنارے پر (دوسرے) ایک لوہے کی گیلری ہوتی ہے اور پاس ہی نیم کا ایک درخت ہے میں اس پانی میں ہاتھ ڈالتی ہوں میں ہر خواب میں بارش بابائی ضرور دیکھتی ہوں۔

تعبیر:- (۱) آپ مرنے کے بعد دوبارہ زندہ کئے جائے اور میدانِ حشر میں اپنے اچھے برے اعمال کے جوابدہ ہونے کا عقیدہ پختہ کریں اسی کو شریعت کی اصطلاح ”عقیدہ معاد“ کہا جاتا ہے یہی غیبی عقیدہ انسان کو برے اعمال و افکار سے

روکتا ہے اور اچھے اعمال و اخلاق کی طرف مائل کرتا ہے آپ نماز روزے میں کوتاہی اور غفلت اسی لیے بڑھتی ہیں کہ آپ کا یہ عقیدہ کمزور ہے اور قبر کا اندھیرا، حشر کی ہیبت اور روزخ کی ہولناکی آپ کے ہاں شاید ایک افسانہ ہے آپ کے اس خواب میں اسی عقیدے کو مختلف اسلوب سے واضح کر کے بھٹکے ہوئے انسانوں کو قائل کرنے کی نہایت حکیمانہ اور حاکمانہ کوشش کی گئی ہے لہذا آپ اپنے آپ کو سنواریں اور توحید و رسالت ﷺ کے ساتھ ساتھ اس عقیدہ کو مضبوط کریں۔

(۲) اگر آپ نیک اعمال کو لازم پکڑ لیں اور اللہ کی نافرمانیوں سے بچیں اور اپنی زندگی کو ازواجِ مطہرات کے نقش قدم ڈھال لیں تو خوب مالی خوشحالی اور عزت و جاہ پائیں گی اور ہر طرح راحت نصیب ہوگی۔ فقط واللہ اعلم

## ڈٹ کر حالات کا مقابلہ کیجئے!

(عبدالمسیح .... فیصل آباد)

خواب:- میں خواب میں کیا دیکھتا ہوں کہ ایک بھینس جو ہڑ میں گئی تھی اس سے باہر نہیں نکلا جا رہا تھا لوگ باہر کھڑے دیکھ رہے تھے لیکن کوئی جو ہڑ کے اندر داخل ہو کر اسے باہر نہیں نکال رہا تھا۔ مجھ سے دیکھنا گیا اور پھر میں جو ہڑ میں داخل ہو جاتا ہوں۔ لیکن میں محسوس کرتا ہوں کہ کوئی چیز میرے پاؤں کو جکڑ رہی ہے۔ کیا دیکھتا ہوں کہ وہ سانپ ہے میں کمر تک دھنس چکا تھا بڑی مشکل بن جاتی ہے لیکن میں برابر کوشش کرتا ہوں سانپ سے نجات کے لیے پھر ساری طاقت استعمال کر کے بھینس پر سوار ہو جاتا ہوں سانپ سے نجات مل جاتی ہے میں کیا دیکھتا ہوں کہ وہ ابھی بھی میرے پیچھے آ رہا ہے میں بھینس کو دوڑا کر باہر آ جاتا ہوں باہر مجھے ایک آدمی کہتا ہے کہ اب وہ تمہارے پیچھے نہیں آئے گا کیونکہ تم اب باہر آ گئے ہو۔

تعمیر: آپ کا مستقبل انشاء اللہ اچھا ہو جائیگا اور ہر طرح کی پریشانی دور ہو جائیگی اور مالی خوشحالی نصیب ہوگی مگر کچھ وقت لگے گا اور تھوڑی بہت آزمائش سے بھی گزرنا پڑے گا مگر آپ ہرگز مایوس نہ ہوں بلکہ ڈٹ کر حالات کو مقابلہ کیجیے گا انشاء اللہ حالات کارخ آپ کے موافق ہو جائے گا۔ فقط واللہ اعلم

## لوگ نماز کے وقت مسجد میں جاتے ہیں اور وہ ہاتھ روم میں

نبی اکرم صلی اللہ علیہ وسلم نے فرمایا کہ انسان کے پیٹ سے برا برتن کوئی نہیں ہے۔ جب آدمی کو کھانے کی ضرورت ہوتی ہے تو اس کے تین حصے کرے۔

- ۱۔ ایک حصہ کھانے کے لیے۔
- ۲۔ دوسرا حصہ پینے کے لیے۔
- ۳۔ تیسرا حصہ سانس لینے کے لیے۔

اس سے معلوم ہوا کہ اگر تین پاؤں کی بھوک ہے تو ایک پاؤں کھائے۔ اس سے فائدہ یہ ہوگا کہ آدمی سندرست رہتا ہے، حافظہ خوب بڑھتا ہے، عقل میں اضافہ ہوتا ہے، نیند کم آتی ہے اور سانس آرام سے آتا ہے، نماز میں سستی نہیں ہوتی، مطالبے کے وقت کتاب پڑھنے میں مزہ آتا ہے۔ زیادہ کھانے والے کے دل میں اللہ کی مخلوق کے لیے شفقت نہیں ہوتی۔ کیوں کہ وہ جانتا ہے کہ جیسے میرا پیٹ بھرا ہوا ہے، سب لوگ اس طرح ہو گئے۔ سب لوگ نماز کے وقت مسجد میں جاتے ہیں۔ اور وہ ہاتھ روم میں جاتا ہے۔

سب سے پہلے اللہ تعالیٰ کے اس فرمان کو لیجئے

ترجمہ۔ کھاؤ پو پو اور حد سے تجاوز نہ کرو اللہ حد سے تجاوز کرنے والوں کو پسند نہیں کرتا۔ (عراف ۳۱ پ ۸)

اس آیت میں کم خوری کی تلقین کی گئی ہے اور بیا خوری سے روکا گیا ہے۔ رسول اللہ صلی اللہ علیہ وسلم نے بھی اپنے متبعین کو یہی تعلیم دی ہے اور آپ نے زیادہ کھانے سے سختی کے ساتھ منع فرمایا ہے۔ اس سلسلے میں حضرت محمد ﷺ کے چند ارشادات ملاحظہ فرمائیں۔

انسان کی کمر سیدھی رکھنے کے لیے چند لقمے ہی کافی ہیں اور اگر لازماً زیادہ کھانا ہی پڑے تو معدہ میں ایک تہائی کھانا ہو، ایک تہائی پانی اور ایک تہائی سانس کے لیے جگہ ہو (ربیع) اور ایک جگہ فرمایا ہے:

مسلمان ایک آنت سے کھاتا ہے۔ کافر اور منافق سات آنتوں سے کھاتا ہے۔ (بخاری)

(بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

## چائے کی پی سے آنکھوں کے لاعلاج امراض ختم



قارئین! آپ کے لیے قیمتی موتی چن کر لاتا ہوں اور چھپاتا نہیں، آپ بھی سخی بنیں اور ضرور لکھیں

فائدہ ہوگا اور قیامت تک آپ کا صدقہ جاریہ ہوگا۔ امید ہے آپ اس بات کو نظر انداز نہیں کریں گے میں آپ کی عنایات کا منتظر ہوں گا۔ اس نسخہ کے حصول کے لیے مجھے کتنی کوشش کرنا پڑی، کتنے چکر لگانے پڑے۔ وہ صاحب کہتے تھے کہ مجھے دراصل یہ نسخہ ایک فقیر سے ملا ہے اس فقیر نے نصیحت کی تھی کہ اس کی رقم نہ لینا اور آپ اس کی رقم لیں گے میں نے انہیں اپنا تعارف کرایا کہ ایسا ہرگز نہیں میرا مشن یہی ہے کہ جو چیز تجربات کے بعد درست ثابت ہوتی ہے وہ میں عوام الناس کے لئے عام کر دیتا ہوں لیکن انہیں یقین نہ آیا آخر میں نے انہیں اپنے مضامین، کتابیں دکھائیں اور ان مضامین میں قیمتی راز عام کیے ہوئے تھے تب انہیں یقین آیا لیکن ایک بات پر پھر انک گھنے گھنے کہ آپ لکھ دیں گے اگر کسی تاجر کے ہاتھ یہ نسخہ آگیا تو وہ کہیں اسکو بنا کر فروخت کرنا شروع نہ کر دے۔ اب یہ بات سن کر خود میں بھی لا جواب ہو گیا کہ اب کیا جواب دوں۔ آخر کار اسے آخرت کا یقین دلایا کہ آپ تو اللہ تعالیٰ کی رضا کی خاطر یہ نسخہ عام کرو، لوگوں کو فائدہ ہوگا اور آپ کی نیت صرف یہی ہے کہ میں نے مفت دینا ہے۔ قارئین پھر کہیں کتنے عرصے کے بعد اس نے یہ نسخہ دیا جو کہ معمولی اجزاء لیکن بہت مفید اور بڑے بڑے قیمتی نسخہ جات سے بالاتر ہے۔ یہ نسخہ میں نے حاصل کر کے لوگوں کو بتانا شروع کر دیا۔ ایک دیہاتی صاحب کو یہ نسخہ بتایا کچھ عرصہ کے بعد ملے کہ آنکھوں کا ایک ایسا لاعلاج مرض لاحق ہو چکا تھا ڈاکٹروں نے کہہ دیا کہ آپ کی آنکھوں کی روشنی صرف تھوڑے عرصے کے لیے ہے۔ ورنہ آپ کی بینائی بالکل ختم ہو جائے گی۔ میں غریب آدمی کیا کرتا مجھے کسی نے کہا کہ تم فلاں بڑے ڈاکٹر کے پاس جاؤ میرے پاس رقم نہیں تھی آخر کار میں نے آپ والی دوائی آنکھوں میں ڈالنا شروع کر دی۔ (بقیہ صفحہ نمبر 19 پر)

میرے ایک دوست جیب سے ایک ڈراپر نکال کر آنکھوں میں دوائی ڈالنے لگے۔ میں نے پوچھا کہ کیا دوائی ہے؟ کہنے لگے فلاں شہر میں یہ دوائی ایک صاحب بالکل مفت دیتے ہیں اور وہ ان سے لاکروگوں کو بالکل مفت دیتا ہوں۔ آج مجھے خود تکلیف ہوئی تو میں آنکھوں میں یہی دوائی ڈال رہا ہوں بہت حیرت انگیز دوائی ہے۔ دوست نے مزید بتایا کہ نامعلوم کیا فارمولہ ہے لیکن اتنا ضرور پتہ ہے کہ یہ دوائی لا جواب ہے جو بھی ایک دفعہ لے جاتا ہے پھر بار بار مانگتا ہے اور دوسرے لوگوں کو بھی اسکی ترغیب دیتا ہے کیونکہ یہ دوائی آنکھوں کے تقریباً ہر مرض کے لیے لا جواب تھوڑے۔ ایسے مریض جن کی آنکھیں دکھتی ہوں، سرخ ہو گئی ہوں حتیٰ کہ انگارے کی طرح اور آنکھوں میں زبردست جھپٹن اور دکھن ہو، ایسے تمام مریضوں کو جب بھی یہ دوائی دی فوراً افادہ ہوا۔ نگرے، پٹروال، ناخوہ جیسی امراض کے لیے نہایت مفید ہے۔ بعض مریضوں نے اپنے تجربات بیان کیے کہ ان کی نظر روز بروز کمزور ہو رہی ہے اور جسم کے ساتھ نظر پر بھی اثر پڑنا شروع ہو گیا تھا لیکن جب سے دوائی کا استعمال شروع کیا ہے نظر بہتر ہونا شروع ہو گئی ہے اور حتیٰ کہ نظر صاف ہو گئی ہے۔ مذکور تمام تجربات میرے اس دوست نے بتائے جو دوائی مفت لے کر مفت تقسیم کر رہا تھا۔ اب میرے اندر جستجو پیدا ہوئی کہ آخر یہ کیا ہے اور اس کو حاصل کیسے کیا جائے کیونکہ جس کے پاس کوئی نسخہ ہے۔ وہ ہرگز ہرگز بتانا نہیں چاہتا۔ لیکن قارئین میرے مزاج کو آپ سمجھتے ہیں کہ آپ تک اپنے سو فیصدی تجربات امانت سمجھ کر پہنچاتا رہتا ہوں اور آپ کو یقیناً فائدہ ہوتا ہے۔ اس کا رزلٹ وہ بے شمار قارئین کے خطوط ہوتے ہیں جن میں بعض قارئین اپنے تجربات بھی بتاتے ہیں۔ قارئین اس صدقہ جاریہ میں آپ بھی حصہ ملا سکتے ہیں کہ آپ کے تجربے میں کسی بھی مرض کا نسخہ یا کوئی ترکیب آئی ہے۔ چاہے وہ آپ کے تجربے میں کسی بھی مرض کا نسخہ ہو وہ آپ کے پیش نظر قیمتی بھی معمولی ہو تو براہ کرم اسے معمولی نہ سمجھیں وہ مجھے ضرور لکھیں اس سے لاکھوں لوگوں کا

**نہایت توجہ طلب:** جوابی لفافے یا منی آرڈر پر پتہ نہایت واضح صاف خوشخط اور اردو میں لکھیں اور اپنا پتہ نمبر ضرور لکھیں۔ ماہنامہ عبقری سے رابطے کے لیے

فون نمبر 042-7552384

## کفر چار چیزوں میں ہے

جہاں بن یوسف کہتا ہے، کفر چار چیزوں میں ہوتا ہے، غصہ میں، شہوت میں، شوق میں، درخوف میں۔ پھر جہاں بن یوسف نے کہا: ان میں سے دو تو میں نے خود دیکھی ہیں۔ ایک آدمی نے غصہ میں ماں کو قتل کر ڈالا، دوسرا عشق میں مبتلا ہو کر عیسائی ہو گیا۔

**حقیقی جوان:-** حسن بن علی مطوی کہتے ہیں کہ ہر انسان کا بت اس کی خواہش ہے، اگر وہ اس کی مخالفت کر کے توڑ دے تو پھر جوانی کے نام کا مستحق ہے۔

**عبادت کا مزہ:-** حضرت بشر بن حارث فرماتے ہیں۔ تجھے اس وقت تک عبادت کی لذت نصیب نہیں ہو سکتی جب تک تو اپنے اور شہوات کے درمیان لوہے کی دیوار قائم نہیں کر لیتا۔

حضرت ابو بکر وراق فرماتے ہیں: غلبہ نفسانیت کی بنیاد شہوات کے قریب جانا ہے۔ جب یہ خواہش نفسانی غالب ہوتی ہے، تو دل سیاہ ہو جاتا ہے اور جب دل سیاہ ہو جاتا ہے تو سینہ تنگ ہو جاتا ہے۔ جب سینہ تنگ ہو جاتا ہے تو اخلاق بگڑ جاتے ہیں اور جب اخلاق بگڑ جاتے ہیں تو مخلوق سے بغض رکھتا ہے اور جب یہ ان سے بغض رکھتا ہے تو ان پر ظلم کرتا ہے اور جب ان پر ظلم کرتا ہے تو یہ شیطان مردود بن جاتا ہے۔ حضرت ابوبکر دقاق فرماتے ہیں: جس شخص نے جوانی میں اپنی نفسانی خواہشات پر قابو پالیا، اللہ تعالیٰ اس کو بڑھاپے میں فرشتہ بنادیں گے۔ یعنی فرشتوں جیسی عصمت نصیب فرمائیں گے۔ جیسا کہ حضرت یوسف علیہ السلام نے تقویٰ اختیار کیا اور (دنیا کی لذت حاصل کرنے میں) صبر کیا، کیونکہ اللہ تعالیٰ نیک لوگوں کا اجر و ثواب خالص نہیں کرتے۔

(صفحہ نمبر 98، از عشق اسلام اور جدید سائنس)

## کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے

کیا علم چھپانا ثواب عظیم ہے؟ یہ نہیں تو پھر ہم کو چھپا کر قبر میں آ کر لوگ کیوں سے جاتے ہیں؟ اہم تمام گلیوں پر از نہیں شخص بھی اس دنیا میں موجود ہیں۔ بندہ کے پاس لوگ وظائف، عبادت، طاعت و عبادت کا علم کیسے کی خواہش رکھتے ہیں بندہ کے پاس جو کچھ ہے پنہ نہیں اللہ تعالیٰ کی امانت ہے لہذا جو فرد کھانا چاہے عام اجازت ہے۔ چونکہ بندہ کی زندگی مصروف ہے اس نے پہلے اوقات کا تقاضا کر کے ملاقات کر لیں پھر چاہے کھائے بھی کچھ سکتے ہیں۔ خد و کرت کے ذریعے کھانا ملے نہیں۔ بندہ خلوص دل سے راز نہالی کرے گا۔ کوئی نذرانہ یا فیس نہیں۔ فقط بندہ حکیم محمد طارق محمود عبقری عہد ملی چغتائی

# چار نورانی اسم پڑھ کر ہر مقصد حاصل کریں

## اسم اعظم

”اَلْعَلِیُّ الْعَظِیْمُ الْخَلِیْمُ الْعَلِیْمُ“

اس کلمہ کے بارے میں بعض عارفین اور اہل علم کا قول ہے کہ یہ اللہ تعالیٰ کے چار ناموں کا مجموعہ بھی اسم اعظم ہے۔ (فائدہ) اس قول کی بنیاد العلاء بن الحضرمیؒ کی کرامت ہے۔ اس کے متعلق عجیب و غریب حکایات ہیں چنانچہ چند ایک آپ بھی پڑھ لیجئے۔ حضرت العلاء بن الحضرمیؒ کی کرامت بہت سی معتمد کتب میں معتمد روایات کے ساتھ موجود ہیں۔

حضرت مطرف بن عبد اللہ بن ابی مصعب المدنی سے روایت ہے فرماتے ہیں کہ میں خلیفہ منصور کے پاس ملاقات کو گیا تو اس کو خزین و ٹمکن پایا، یہ اپنے بعض احباب کے فقدان کی وجہ سے گفتگو بھی نہیں کرتا تھا مجھے کہا اے مطرف! مجھے ایسا غم لاحق ہوا ہے جس کو اللہ کی ذات کے سوا کوئی مٹا نہیں سکتا جس نے مجھے اس مصیبت میں ڈالا ہے، کوئی ایسی دعا ہے جسے مانگنے سے اللہ تعالیٰ مجھ سے اس پریشانی کو دور کر دے۔ میں نے کہا اے امیر المؤمنین مجھے محمد بن ثابت نے عمر بن ثابت مصری سے نقل کیا ہے فرمایا کہ بصرہ کے ایک آدمی کے کان میں ایک مجھر گھس گیا اور وہ بھی کان کی آخری حد تک پہنچ گیا جس سے نہ تو اس کو سکون ملتا تھا اور نہ ہی وہ رات یادوں کو سو سکتا تھا، حضرت حسن بصریؒ کے ایک شاگرد نے اس سے فرمایا اے فلاں تم نے تم رسول اللہ ﷺ کے صحابی حضرت العلاء بن الحضرمیؒ کی وہ دعا مانگو جو انہوں نے لقی و دق صحراء میں اور سمندر میں مانگی تھی اور اللہ تعالیٰ نے ان کو نجات عطا فرمائی تھی۔ اس آدمی نے پوچھا اللہ تم پر رحم فرمائے وہ کون سی دعا ہے فرمایا حضرت ابو ہریرہؓ نے بیان فرمایا ہے کہ حضرت العلاء بن الحضرمیؒ کو بحرین کی طرف ایک لشکر میں روانہ کیا گیا میں بھی اس لشکر میں شامل تھا پس ہم ایک لقی و دق صحراء میں سفر کر رہے تھے جس میں ہمیں اتنی سخت پیاس لگی کہ ہمیں اپنی ہلاکت کا خوف لاحق ہو گیا اس حالت کو دیکھ کر حضرت العلاء بن الحضرمیؒ نے دو رکعت نماز پڑھی پھر عرض کیا:

”یَا حَلِیْمُ یَا عَلِیُّ یَا عَظِیْمُ اسْقِنَا“

(اے حلیم، اے علیم، اے علی، اے عظیم ہمیں پانی پلا دے) آپ کا دعا مانگنا تھا کہ ایک بدلی آئی گویا کہ وہ کسی پرندے کا پر ہے اور ہم پر موسلا دھار بارش کے ساتھ برسنے لگی اور اتنی بارش برساتی کہ ہم نے پے برتن بھر لئے اور سواریوں کو سیراب کر لیا، پھر ہم چل پڑھے حتیٰ کہ سمندر کی ایک خلیج تک پہنچے جس کو نہ تو اس سے پہلے عبور کیا گیا اور نہ بعد میں اس کو عبور کیا جاسکتا ہے اور ہمیں کشتیاں بھی دستیاب نہ ہوئیں چنانچہ پھر حضرت العلاء نے یہ دعا کی

”یَا حَلِیْمُ یَا عَلِیْمُ یَا عَلِیُّ یَا عَظِیْمُ اَجِرْنَا“

(اے حلیم، اے علیم، اے علی، اے عظیم ہمیں پار کر دے) پھر آپ نے اپنے گھوڑے کی باگ پکڑی اور فرمایا اللہ کا نام لے کر پار ہو جاؤ حضرت ابو ہریرہؓ فرماتے ہیں پس ہم پانی پر چل پڑے پس اللہ کی قسم نہ تو ہمارا قدم بھیگا نہ اور نہ ہی جانوروں کے گھر۔ اس دن لشکر کی تعداد ۴۰ ہزار تھی۔

چنانچہ اس آدمی نے یہی دعا کی خدا کی قسم کچھ دیر بھی نہ لگی تھی کہ وہ مجھر اس کے کان سے نکل گیا اس کی آواز بھی ہم نے سنی حتیٰ کہ دیوار سے جا گرایا اور آدمی اچھا بھلا ہو گیا۔

خلیفہ منصور نے یہ بات سن کر قبلہ کی طرف اپنا رخ کر لیا اور کچھ دیر یہ دعا مانگی پھر میری طرف منہ پھیر کر متوجہ ہوا اور کہا اے مطرف جو کچھ میں غم اور پریشانی محسوس کر رہا تھا اللہ تعالیٰ نے اس کو مجھ سے دور کر دیا پھر اس نے کھانا منگوایا پھر مجھے بٹھایا اور میں نے بھی اس کے ساتھ کھانا کھایا۔

(حیاء لایحوان الدمری جلد ۱: ۱۹۰، مجاہد الدودہ لا

بن ابی الدنیا)

## تنبیہ:

ماہنامہ ”عبقری“ فرقہ واریت اور ہر قسم کے تعصب سے پاک ہے فرقہ وارانہ اور متعصب موضوعات کی تحریریں ہرگز نہ بھیجیں۔ مضمون نگار کی آراء سے مدیر اور ادارہ کا متفق ہونا ضروری نہیں لہذا کسی مضمون کی اشاعت پر ادارہ جواب دہ نہیں۔



## آمین مل کر دعا کریں

ام عظم کے ذکر کی دعائیہ مصلحت  
ام عظم سے روحانی و جسمانی صحت کا تحفظ ملتا ہے

### والد صاحب کی مغفرت و بخشش

(فی سہم۔ لاہور)

السلام علیکم! خصوصی دعا اللہ پاک اپنے گھر اور پیارے رسول ﷺ کے روضہ مبارک پر حاضری کا بلا والا بھیج دے۔ پاک پروردگار سعادت کی زندگی اور شہادت والی موت عطا فرمائے میرے خاندان کو اللہ پاک صحت تندرستی اور سلامتی والی زندگی سے نوازے اور ان کا روزگار قائم رہے۔ اللہ پاک کرم فرمائے اور ہمیں دنیا میں رہنے کے لیے اپنا گھر عطا فرمادے۔ میرے والد صاحب محمد اسلم صاحب کی مغفرت و بخشش کے لیے دعا فرمائیے گا۔ جزاک اللہ اللہ پاک آپ کو اجر عظیم سے نوازے۔

### روح کے لیے کسی نے بندش کر رکھی ہے

(عقیل احمد صدیقی۔۔۔ راولپنڈی)

سلام مسنون! میرا مسئلہ یہ ہے کہ میری بچی کے لیے رشتے نہیں آتے۔ ایک دو اگر آئے ہیں تو واپس جانے کے بعد کوئی جواب نہیں آتا۔ اس وجہ سے بہت پریشان ہوں رشتہ کے لیے کسی نے بندش کر رکھی ہے کوئی وظیفہ بتائیں اور اپنی دعاؤں میں بھی مجھے شامل رکھیں۔

### گرم چیزیں کھانے سے بدن پر ناواقف

(نام۔۔۔ مجرات)

سلام مسنون! مسئلہ میرے بیٹے کا ہے کہ اس کے سر میں بہت زیادہ خشکی ہے بال بھی جھڑ رہے ہیں اور بدن میں خارش بھی رہتی ہے۔ معمولی سی اگر کوئی گرم چیز یا گرم مصالحہ والی چیز کھالے تو خارش بدن پر زیادہ ہو جاتی۔ اس کو اپنی دعاؤں میں یاد رکھیں۔

### بال و مہر والے اسذات پہلے ہیں

اہل اسلام آباد۔

السلام علیکم! محترم حکیم صاحب عرض ہے کہ کچھ ماہ سے عبقری پڑھ رہی ہوں رسالہ بہت اچھا لگا۔ میرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے بال دو شائے ہو چکے ہیں پہلے میرے بال لمبے

جیسا کہ تارکین کو معلوم ہے کہ ہر منگل مغرب سے عشاء تک حکیم صاحب کا درس مسنون ذکر خاص، مراقبہ، بیعت اور خصوصی دعا ہوتی ہے جس میں دور دراز سے مرد و خواتین بھی شامل ہوتے ہیں۔ ذکر میں درود شریف، سورۃ فاتحہ، سورۃ الم نشرح، سورۃ اخلاص آیت کریمہ، اسم الحسنى اور پوشیدہ اسم اعظم ہزاروں کی تعداد میں پڑھے جاتے ہیں ختم پڑ لوگوں کے مسائل و معاملات الجھنوں اور پریشانیوں سے نجات کے لئے دعا کی جاتی ہے۔ جو خواتین و حضرات دعا میں شامل ہونا چاہیں وہ عینہ کاغذ پر مختصر پتی پریشانی اور اپنا نام صاف صاف لکھ کر بھیجیں جسے دعا میں شامل کیا جائے گا۔ اس کے علاوہ تمام احباب شریک محفل یا ممبران عبقری سے درخواست ہے کہ وہ اپنی دعاؤں کے ساتھ ان لوگوں کے لئے بھی دعا کریں۔

دور ہو جائے اور میری یہ دعا قبول ہو جائے۔

میری پریشانی اور میرا سب سے بڑا دکھ یہ ہے کہ میری بیٹی کو اس سال طلاق ہو گئی ہے اس کا ایک بیٹا ہے جو دو سال کا ہے میری آپ سے یہ گزارش ہے کہ آپ روحانی محفل میں یہ دعا کریں کہ میری بیٹی ایش۔ کا اچھا رشتہ آجائے اور اس کی ازدواجی زندگی اپنے شوہر کے ساتھ بہت اچھی گزرے اور وہ سارے دکھ بھول جائے۔ اور میری بیٹی اور اس کے بچے کو اللہ پاک خوشیاں عطا فرمائے۔ آمین۔ میری تمام محفل سے گزارش ہے کہ وہ میری بیٹی کیلئے اچھے رشتے کے بارے میں دعا کریں۔ میں ساری محفل کے لوگوں کیلئے دعا گو ہوں کہ میری یہ پریشانی جلد دور ہو جائے آمین۔ ثم آمین۔

### گھر میں جنات وغیرہ نے بہت نقصان کیا ہے

(فضل کریم۔ صوابی)

سلام مسنون! عرض ہے کہ بندہ نے ایک خط جناب کی خدمت میں ارسال کیا تھا جسمیں اپنے خیالات کا اظہار کیا تھا اور ایک کتاب کلونجی کے کرسٹات مانگی تھی۔ باقی اپنے گھر کے حالات لکھے تھے کہ ہمارے گھر میں جنات وغیرہ نے بہت نقصان کیا ہے۔ لہذا ہمیں یہ بتائیں کہ یہ جنات نے کیا ہے یا انسان نے۔ مہربانی فرما کر بندہ کو حالات سے آگاہ کریں کہ یہ چوری وغیرہ کس نے کی ہے اور آیا یہ واپس ہوگی یا نہیں باقی آپ جو روحانی محفل منگل کو منار ہے ہیں تو مہربانی فرما کر بندہ کو دعائیں یاد رکھنا کہ اللہ تعالیٰ ہمارے گھر سے یہ تکلیف دور کرے۔ اور اللہ تعالیٰ اپنا فضل سے ہمیں ہر بلا و تکلیف سے نجات دے۔ خصوصی دعا کریں۔

لفظ دعا گو۔ فضل کریم صوابی۔

گئے تھے تقریباً ایک سال سے میرے بال خراب ہو چکے ہیں اور کزور بھی ہو گئے ہیں ان کی رنگت بھی خراب ہو گئی ہے اور بال خشک ہو گئے ہیں بال اتنے گرے نہیں ہیں لیکن دو منہ والے بہت زیادہ ہیں۔ مہربانی فرما کر پہلے مجھے یہ بتائیں کہ بال دو شائے کیوں ہیں۔ میں شیپو بھی وہی استعمال کر رہی ہوں جو پہلے کرتی تھی۔ اپنے بالوں کی وجہ سے بہت پریشان ہوں اور دوسرا مسئلہ یہ ہے کہ میرے دانت پیلے ہیں میں روزانہ صبح کو اور رات کو دانت صاف کرتی ہوں جبکہ میری ابھی عمر بھی سترہ سال ہی ہے۔ آپ مہربانی فرما کر میرے لیے دعا فرمائیں۔ عبقری کی پوری ٹیم کو سلام۔

### میری کمزور ناگوں میں تکلیف ہے

(ایک ماں)

محترم ہر گوار حکیم محمد طارق محمود صاحب اسلام علیکم! بعد ادب ادب کے گزارش ہے کہ برائے مہربانی یہ جو منگل کو آپ کے ہاں محفل ہوتی ہے۔ میں اس میں دعا کرنا چاہتی ہوں۔ میری کمزور ناگوں کو درد کی تکلیف ہے میں زیادہ دیر بیٹھ نہیں سکتی۔ آپ مہربانی فرما کر میری درخواست کو اپنی دعائیں شامل کر لیں۔ میری دو بیٹیاں اور ایک بیٹے کی ازدواجی زندگی ٹھیک نہیں ہے۔ بیٹے کی بیوی بڑی لڑاکی ہے گالیاں دیتی ہے میں ادھر ادھر جا کر گزارہ کر رہی ہوں۔ ہم شریف لوگ ہیں کسی سے مقابلہ نہیں کر سکتے۔ آپ دعا فرمائیں کہ مجھے اولاد سے سکون ہو جائے۔ دونوں بیٹیاں بھی درد کی وجہ سے بیمار رہتی ہیں۔ بیٹے کو بھی بہوشی کے دورے پڑتے ہیں سب ٹینشن کی وجہ سے ہوتا ہے آپ دعا کریں کہ اللہ تعالیٰ سب کو نقد تندرستی اور سکھ عطا فرمائے آمین۔

### بیٹی کی ابھی ازدواجی زندگی کے لیے دعا

(ایک دکھاری ماں۔ بہاولپور)

سلام مسنون! پریشانی میں ایک بیٹی کی دکھی ماں آپ کو خط لکھ رہی ہوں صرف دعا کیلئے کہ میری سب سے بڑی پریشانی

### عبقری پوری زندگی منار ہے

اگر آپ 5 سال یا 10 سال یا اس سے بھی زیادہ یا کم کی مہر شپ چاہتے ہیں تو اس کے مطابق رقم ارسال کر دیں۔ اس طرح بار بار رقم جمع کرانے کی رحمت سے نجات پائیں گے۔ کاغذ پر منگل کی بڑھتی ہوئی قیمت گرنے کا خطرہ ہے جو بار بار ہوتا ہے۔ یہی قیمت آپ کو اطلاع ہو جائے گی۔

چھینکیں اور کھانسی  
شروع ہوگی

آواز اونچی کروں تو  
گلہ پھٹ جاتا ہے

کمر اور پیڑوں میں درد

ایک حیرت انگیز ٹوٹک

پہلے ان ہدایات کو غور سے پڑھیں: ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورے کے ساتھ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا جو ابھی لکھا ہوا ہے۔ ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورے کے ساتھ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے۔ ان صفحات میں امراض کا علاج اور مشورے کے ساتھ طلب امور کے لئے پتہ لکھا ہوا ہے۔

چھینکیں اور کھانسی شروع ہوگی

محمد موی، حیدر آباد:-

میں نزلے کا دائمی مریض ہوں۔ رات کو سوتے ہوئے ناک بند ہو جاتی ہے اور اس کی وجہ سے نیند فوراً کھل جاتی ہے۔ ناک بند ہونے کی وجہ سے سوتے ہوئے خراٹے شروع ہو جاتے ہیں اور اس کی وجہ سے گھروالوں کی نیند بھی خراب ہو جاتی ہے۔ ایک دفعہ تو اس کی وجہ سے ایک عجیب واقعہ ہوا۔ میں اپنے دوست کے ہاں مہمان تھا۔ کیونکہ رات بھی وہیں گزری تھی اور سوتے ہی زور و شور سے خراٹوں کا سلسلہ جاری ہو گیا۔ اس نے بوتل کے اسٹرا میں سرخ مرچ بھر کے سوتے ہوئے میرے ناک میں ڈال دی۔ میری ایک دم آنکھ کھل گئی۔ مجھے چھینکیں اور کھانسی شروع ہو گئی۔

جواب:- محترم لگتا ہے کہ آپ غذائی بد پرہیزی کا شکار ہیں۔ بادی کھٹی اور ٹھنڈی غذائیں آپ کے لئے یقیناً نقصان دہ ہیں۔ آپ کم از کم تین ماہ مندرجہ ذیل نسخہ استعمال کریں۔ حوالہ شافی:- اطرافل اسطحد وں ایک چمچ چائے والا۔ اور کونجی پاؤڈر ایک چوتھائی چمچ۔ دونوں آپس میں ملا کر کھالیں۔ یا ایک گرم پانی کے کپ میں گھول کر پی لیں۔ اسے صبح و شام اگر مرض زیادہ ہو تو دن میں تین بار بھی استعمال کر سکتے ہیں۔ اس کے علاوہ انجیر سات عدد روزانہ صبح و شام استعمال کریں اور یہ بھی کم از کم تین ماہ استعمال کریں اور پرہیز کی سختی سے پابندی کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 12 استعمال کریں۔

آواز اونچی کروں تو گلہ پھٹ جاتا ہے

حسن فاروق، جھنگ:-

عرصہ ساڑھے چار سال سے میرا گلہ بھاری ہو گیا ہے۔ میں ایک سکول میں ٹیچر ہوں۔ کلاس بڑی ہوتی ہے اس لئے با آواز بلند پڑھنا ہوتا ہے۔ اگر تھوڑی دیر بھی

آواز اونچی کروں تو گلہ فوراً پھٹ جاتا ہے اور بیٹھ جاتا ہے۔ جس کی وجہ سے تعلیمی تسلسل میں رکاوٹ پیدا ہوتی ہے۔ چونکہ یہ میرا پرائیویٹ سکول ہے اور تعلیمی معیار برقرار رکھنا ہے۔ اس لئے گلے کی آواز میں اصلاح ضروری ہے۔ اس سے پہلے بھی میں ایک سکول میں پڑھاتا تھا۔ لیکن اسی مسئلے کی وجہ سے سکول میں پڑھانا ختم ہو گیا۔ یہاں تک کہ میری نوکری جاتی رہی۔ گھر کے اخراجات کا یہی واحد سہارا ہے۔ مہربانی کر کے کوئی ایسی دوائی بتائیے جو کم قیمت ہو لیکن بہت زیادہ فائدے مند ہو۔ کیونکہ میں ڈاکڑی، ہومیوپیتھک اور دیسی دوائیاں بہت زیادہ کھا چکا ہوں اور ادویات سے تنگ آ گیا ہوں۔ پرانے لوگوں نے چند ٹوٹکے بتائے ہیں وہ بھی میں نے کئے ہیں۔

جواب:- محترم آپ سب سے پہلے تو تیز خوشبو سے بچئے۔ خاص طور پر وہ خوشبو جو گلے کو لگے۔ مٹی اور گرد و غبار سے بچئے۔ کھٹی، ٹھنڈی، بادی مثلاً آلو چاول بھنڈی ماش اور بڑے گوشت سے پرہیز کریں اور شربت توت تین چمچوں میں تین بار کھانے سے پہلے استعمال کریں۔ اور اس کے علاوہ مذکورہ بالا نسخہ اس سے پہلے مشورے میں کونجی والا آپ بھی استعمال کریں۔ کم از کم دو ماہ یہ نسخہ اور چارٹ سے غذا نمبر 13 استعمال کریں۔

ایک حیرت انگیز ٹوٹک

فاطمہ نور، گجرات:-

پچھلے سے پچھلے سال امتحانات کی تیاری کے دوران دن رات پڑھتا رہی۔ آرام بہت کم ملا۔ اسی دن سے یعنی امتحانات کے بعد مجھے الرجی شروع ہو گئی۔ صبح اٹھتے ہی چھینکوں کا طوفان شروع ہو جاتا ہے۔ یہاں تک کہ چھینکتے چھینکتے سرخالی ہو جاتا ہے۔ نماز بھی صحیح طور پر نہیں پڑھتی اکثر

رکتیں بھول جاتی ہیں۔ گھر میں اگر کوئی صندوق یا سیف وغیرہ ایک دم کھولیں تو بھی چھینکیں شروع ہو جاتی ہیں۔ موسم تبدیل ہو یا غذا تبدیل ہو یہاں تک کہ سردی سے گرمی میں ٹکنا ہو یا گرمی سے سردی کی طرف ٹکنا ہو تو چھینکیں شروع ہو جاتی ہیں۔ لہذا مہربانی کریں اور کوئی بہترین نسخہ بتائیں۔ جواب:- محترم آپ کا کیس بھی مذکورہ بالا دونوں کیسوں سے ملتا جلتا ہے دراصل آپ کے مرض کی اصل وجہ دماغی کمزوری اور ٹینشن کی زیادتی ہے۔ اس کی وجہ سے دماغ کمزور ہو گیا اور کمزور دماغ کی وجہ سے یہ مسئلہ ہے۔ لہذا آپ (خمیرہ ابریشم حکیم ارشد والا) لیں اور ایک چمچ چائے والا دن میں تین بار استعمال کریں۔ یاد رہے خمیرہ کسی ایسے دیا مندرطیب کا بنا ہوا ہو اور اس کے ساتھ ساتھ پہلے والے مشورے میں کونجی والا نسخہ بھی آپ استعمال کریں۔ غذا میں کھٹی چیزیں، اچار وغیرہ سے پرہیز کریں۔ ایک حیرت انگیز ٹوٹک جو بظاہر آپ کیلئے حیرت انگیز اور عام سا ہو لیکن الرجی کے مریضوں کیلئے یہ ایک خدائی عطیہ ہے۔ سرسوں کا تیل روزانہ صبح و شام چند قطرے ناف میں ناک کے تھنوں میں اور مقعد کے اندر اور باہر لگائیں۔ میرے پاس بے شمار ایسے مریض آئے جو پرانی کھانسی یہاں تک کہ بچوں کی کالی کھانسی پرانی الرجی دمہ اور دماغی کمزوری میں مبتلا تھے۔ جب ان کو یہ تیل لگانے والا نسخہ بتایا گیا۔ انہیں یقینی فائدہ ہوا۔ ایک مریض نے اپنا تجربہ بیان کیا کہ وہ یہ تیل 28 سال سے لگا رہی ہے اسے آج تک نزلہ، زکام، کیرا، کانوں کی آنکھوں کی اور دماغ کی خشکی بالکل نہیں ہوئی۔ کہنے لگی مجھے آج تک دماغی کمزوری، یادداشت کی کمی کبھی نہیں ہوئی۔ ایک مریض آئی عرصہ دراز سے پرانی کھانسی میں مبتلا تھی۔ میں نے اسے بھی ادویات دیں اور وہ بے شمار محالین سے علاج کروا چکی تھی۔ لیکن فائدہ نہ ہوا۔ کھانسی دقتی طور پر کم ہو جاتی۔ لیکن پھر اس کو ایک دم دورہ پڑا تھا۔ اس سے مریضہ ٹھہرا ہو

جاتی۔ میں نے اسے مذکورہ تیل لگانے کا عمل بتایا۔ چند ہفتے اس نے عمل کیا کہ مریضہ نے شفا یابی کی نوید دی۔ ایسی عورتیں جو بچوں کی تعلیمی ترقی میں غیر مطمئن ہیں انہیں چاہئے کہ وہ بچوں کو شروع سے ہی تیل والا عمل شروع کروادیں۔ حیرت انگیز فائدہ ہوتا ہے۔ بلکہ ایسے مریض جو بے خوابی نیند کی کمی کی اکثر شکایت کرتے ہیں۔ انہیں جب یہ تیل والا عمل بتایا گیا بہت فائدہ ہوا۔ چارٹ سے غذا نمبر 3 استعمال کریں۔

### کمر اور ہیز و شل دور

کوثر، بہاولپور:-

حکیم صاحب! گزشتہ 7،8 ماہ سے ایام بالکل بند ہو گئے ہیں۔ اگر کبھی کبھی آتے ہیں تو نہایت تکلیف سے جسم ٹوٹتا ہے۔ کمر اور ہیز و شل دور اور بے چینی ہوتی ہے۔ خون کا رنگ بالکل سیاہ۔ اسی دوران دل گھبراتا ہے۔ کسی کام کرنے کو جی نہیں چاہتا ہے لیکن کیا کریں۔ گھر کا کام کرنا پڑتا ہے۔ ڈاکڑی ادویات استعمال کیں لیکن فائدہ نہیں ہوا جبکہ

گھبراہٹ زیادہ ہو گئی ہے۔ اس سلسلے میں آپ مدد فرمائیں اور کوئی آسان سی ترکیب یا آسان نسخہ ہو جس سے تمام تکالیف ختم ہو جائیں۔

جواب:- اس مرض کی وجہ دراصل خواتین کی غذائی بد پرہیزی اور سستی ہے۔ غذائی بد پرہیزی میں ایسی غذاؤں کا مستقل استعمال جس سے موٹاپا اور چربی پیدا ہو۔ اور پھر اس پر مزید ظلم یہ کہ محنت اور مشقت کے کاموں میں خواتین بہت پیچھے ہیں۔ بلکہ جتنی محنت کر رہی ہیں۔ اسی کو بہت سمجھتی ہیں۔ حالانکہ یہ کچھ بھی نہیں ہے۔ پہلے دور کی سادہ غذائیں اور پر مشقت زندگی اور آج کے دور کی مرغن اور مصالحہ دار غذائیں اور آسودہ، پر آسائش زندگی میں بہت فرق آگیا ہے اور یہ بہت نقصان دہ ہے۔ اسی لئے خواتین پہلے اپنے مسئلے کی طرف توجہ کریں پھر کہیں مسئلہ حل ہوگا۔ ایک اہم بات جو کہ خواتین کے مزاج میں بہت زیادہ ہے کہ ان کے مزاج میں جلد بازی بہت زیادہ ہے۔ یہ علاج اور دوا لینے میں بہت جلد

باری بہت زیادہ ہے۔ یہ علاج اور دوا لینے میں بہت جلد باز اور پھر اسے فوراً چھوڑ دینے میں بھی جلد باز۔ اگر یہ کوئی بھی دوا مستقل مزاجی سے لیں تو یقیناً مستقل فائدہ ہوگا۔ اس سلسلے میں ایک نسخہ پیش خدمت ہے۔ توجہ سے استعمال کریں۔

حوالہ شانی:- نشادر۔ ریوند خطائی۔ سونف۔ شورہ قلمی۔ ہر ایک، ہوزن کوٹ ٹیس کر ایک چوتھائی پیچ چھوٹا پانی نیم گرم یا گرم دودھ کے ہمراہ دن میں 3 یا 4 بار استعمال کریں۔ ایک ماہ مستقل استعمال کریں۔ کھٹی، ٹھنڈی، بادی چیزوں سے مستقل پرہیز کریں۔ چارٹ سے غذا نمبر 3 اور غذا نمبر 1 مکمل پرہیز کے ساتھ استعمال کریں۔

### شکوہ نہ کریں

توجہ طلب امور کے لئے پتہ لکھ ہوا جوابی فائدہ نہیں بھیجیے تو جو ب نہ لے گا بغیر پتہ لکھے جوابی فائدہ نہیں بھیجیں اس پر اپنا پتہ ضرور لکھیں۔

### مریضوں کی منتخب غذاؤں کا چارٹ

#### غذا نمبر 2

انڈے کی زردی، بڑا گوشت، مچھلی، مین، وٹن، پننے، کرلیے، نماڑ، جلیسر، بڑا قیمہ، اور اس کے کباب، پیاز، کڑی، مین کی روٹی، دار چینی، لونگ، کا قہوہ، سرخ مرچ، چھوٹا ہارے، پستہ، بھنے ہوئے پننے، چا پنی پنن، ناریل خشک، موز (مٹھی)، مین کا حلوہ، عتاب کا قہوہ

#### غذا نمبر 1

مٹر، لوبیہ، ارہر، مونہ، برا چھوٹا، کینار، ہنر مرچ، کوئی ترش باجر۔ کی روٹی، بوڑھ کی داڑھی یا انجبار کا قہوہ، اچار لیوں، مرہ، آملہ، مرہ ہریز، مرہ بھی، مونگ پھلی، شربت انجبار، سکجنین، جاسن، فالہ، انار ترش، آلوچہ، آڑو، آلو بخارا، چکوڑا، ترش پھلوں کا رس

#### غذا نمبر 4

دال مونگ، شلجم، پیلے، مونگرے، چھوٹا مغز اور پائے، نمکین، دیہ، آم کا اچار، جو کے ستو، کالی مرچ، مرہ آم، مرہ ارک، حریرہ بادام، حلوہ بادام، قہوہ، ارک شہد والا، قہوہ سونف، پودینہ، قہوہ زیرہ سفید، زیرہ کی چائے، اونٹنی کا دودھ، دہلی گھی، پیسہ، کھجور تازہ، خر بوڑھ، شہتوت، کشمش، انگور، آم شیریں، گلقد دودھ، عرق سونف، عرق زیرہ، مغز اخروٹ

#### غذا نمبر 3

بکری یا مرغی کا گوشت، پرندوں کا گوشت، مٹھی، پالک، ساگ، بیٹنگن، پکوڑے، انڈے کا آلیٹ، دال مسور، نمٹاؤ کچپ، مچھلی شوربہ دالی، روغن زیتون کا پراٹھا مٹھی والا، لہسن، اچار ڈیلے، چائے، پشوری قہوہ، قہوہ اجوائن، قہوہ تیز پات، کلوٹھی، کھجور، خوبانی خشک۔

#### غذا نمبر 6

کدو، کھیرا، شلجم سفید، ککڑی، سیاہ ماش کی دال، پیٹھا، کھجوری، ساگو دانہ، فرنی، گاجر کی کھیر، گجر بیلہ، چاول کی کھیر، پیٹھے کی منضانی، اوکاٹھ، کچی اسی، سیون اپ، دودھ، نمکین، پیٹھی سی، الا بکچی، بی دانہ والا، انھنڈا دودھ، ماننا، مسمی، مینھا، الیچی، کیلا، کیے کا ملک شیک، آئس کریم، فی لودہ، فروز، شربت صندس، عرق کاسنی، شربت بندہ۔

#### غذا نمبر 5

کدو، مینڈے، حلوہ کدو، گاجر، گھیا توری، شلجم سفید، دودھ، مٹھا، امروہ، گربا، خر بوڑھ، پھیکا، مرہ گاجر، حلوہ گاجر، انار شیریں، انار کا جوس، خمیرہ گاؤ زبان، عرق گاؤ زبان، انجیر، قہوہ گل سرخ، بالائی، حلوہ سوچی، دودھ سویاں، مٹھا دیہ، بند، رس، ڈبل روٹی، دودھ جلیبی، سکت، کسٹرڈ، جیلی، برنی، کھویا، گنڈیریاں، گئے کا رس، تر بوڑ، شربت بڑوری، شربت بنفشہ

#### غذا نمبر 8

آلو گوبھی، خرف کا ساگ، کدو کا رائیہ، بند گوبھی اور اس کی سلاد، دیہ، بھنے، آلو چھوٹے، بکئی کی روٹی، مٹر پلاؤ، پننے پلاؤ، مرہ سیب، مرہ بھی، خمیرہ مروارید، ہنر بیز، بھنے ہوئے آلو، سنگترہ، اننس، رس بھری

#### غذا نمبر 7

اروی، بھنڈی، آلو، ثابت ماش، کیلے کا سالن، انڈے کی سفیدی، پھلی دار سبزیاں، سلاد کے پتے، لہوڑے کا اچار، گوجو، ناشپاتی، تازہ سنگھاڑے، شکر قندی، ناریل تازہ، قہوہ بڑی الا بکچی، شربت گوند، گوند کثیر اور بالنگو، سیب

## پیغمبر اسلام کا غیر مسلموں حسن سلوک

اسلام اور رواداری  
ابن زبیر بھکاری

حضور ﷺ کے مخالفین بھی نبی کی رحمت پیش اور مقصد تھے اور انہوں نے جب یہ دیکھا کہ حضرت محمد ﷺ دوبارہ خانہ کعبہ میں داخل ہو گئے ہیں تو انہوں نے ایک بار پھر انہیں قتل کرنے کا منصوبہ بنایا۔ اس مرتبہ عقبہ نامی شخص جو ایک چادر اٹھائے ہوئے تھا برہنہ پا خانہ کعبہ میں داخل ہوا۔ اگرچہ وہ ننگے پاؤں تھا لیکن اس کے باوجود پتھروں کے بل چل رہا تھا تاکہ اس کے قدموں کی آواز سنائی نہ دے سکے۔

دوسری طرف حضرت محمد ﷺ کی توجہ کچھ اس طرح اپنے خدا کی طرف مبذول تھی کہ انہیں اپنے گرد پیش کی خبر نہیں تھی اس لیے وہ عقبہ کے نزدیک آنے کی آواز نہ سن سکے۔ جب حضرت محمد ﷺ مسجد میں گئے تو عقبہ نے بڑی پھرتی کے ساتھ اپنی چادر ان پر ڈال دی اور اتنا شدید حملہ کیا کہ پیغمبر ﷺ کی ناک مبارک اور منہ مبارک سے خون جاری ہو گیا۔

عقبہ کو شش کر رہا تھا کہ سجدے سے سر اٹھانے سے پہلے ہی وہ پے درپے وار کر کے محمد ﷺ کا خاتمہ کر دے لیکن وہ اپنے مقصد میں کامیاب نہ ہو سکا اور اس مرتبہ حضرت محمد ﷺ اپنے آپ کو حملہ آور کے ہاتھوں سے چھڑانے میں کامیاب ہو گئے اور خون آلود چہرے کے ساتھ گھر واپس لوٹ آئے۔ گھر پہنچ کر انہوں نے اپنا چہرہ صاف کیا لیکن اپنے ہونٹوں پر کوئی شکایت نہ آنے دی کیونکہ جیسا کہ وہ خود فرماتے تھے کہ انسان کو صرف اسی وقت اسی وقت درد ورنج کا احساس گراں محسوس ہوتا ہے جب اسے یہ یقین نہ ہو کہ وہ کس کے لیے تکالیف اٹھ رہا ہے لیکن جب وہ یہ جان لے کہ یہ مصائب کس نصب العین کی راہ میں اس پر ٹوٹ رہے ہیں تو اسے درد ورنج کا خوف نہیں رہتا اور نہ ہی اس کے ہونٹوں پر کوئی شکایت آتی ہے۔

یورپی قارئین جو ان سطور کو پڑھ رہے ہیں ہو سکتا ہے یہ سوال اٹھائیں کہ آیا یہ ماننے کی بات ہے۔ (بقیہ صفحہ نمبر 18 پر)

## نانی، دادی کی پٹاری سے سچے کھرے تجربے

گھر بنانے، گھر سجانے، گھر سنوارنے اور گھر بھر کی صحت کے لئے

نیم گرم صابن ملے ہوئے پانی سے دھولیں اب آدھی باٹی پانی میں تیار شدہ ٹھنڈے کلف کا ایک چھوٹا سا ٹکڑا کر ان پھولوں کو اس میں تھوڑی دیر تک بھگونے کے بعد نہیں سکھائیں پھول بالکل نئے لگیں گے۔

### سید کریم دین

(۱) بعض خواتین کے ہونٹ خشک ہوتے ہیں اور اب میٹ لپ اسٹک کے استعمال سے زیادہ تر خواتین کو خشک ہونٹ ہونے کی شکایت ہو گئی ہے ایسی خواتین کو لپ اسٹک کے استعمال سے قبل ہونٹوں پر ہلکا سا روغن زیتون لگا لینا چاہئے۔ شیشے کے برتنوں کو نمک اور سرکہ ملا کر دھونے سے وہ چمک اٹھتے ہیں۔ (۲) سبزیوں کو تازہ اور سرسبز رکھنے کے لئے ان پر سرکہ ملا پانی چھڑک دیں سبزیاں تازہ ہو جائیں گی۔ (۳) دھوپ میں رنگ کالا ہو جائے تو نمٹا کر اس ملے چہرہ کچھ ہی دنوں میں کھل اٹھے گا۔ (۴) اگر فرنگ میں ایک عدد پیاز رکھ دی جائے تو اس سے فرنگ میں پھولوں کی بو نہیں آتی۔

(۵) اگر سب نمک ملے پانی میں کالے جائیں تو وہ براؤن نہیں ہوتے۔ (۶) انڈوں کے چھلکے پیس کر، کمرہ میں رکھے گئے پودوں پر ڈالیں۔ مٹی پلانٹ کے پودوں میں یہ چھلکے ڈالیں تو اس کے پتے زیادہ بڑے ہوتے ہیں۔ (۷) اگر باورچی خانے کی تالیوں میں گھی یا چکنائی جم جائے تو اس کو دور کرنے کے لئے نالی میں ایک مٹھی کپڑے دھونے کا سوڈا ڈالیں۔ اس کے اوپر آدھی پیالی سرکہ ڈالیں پانچ منٹ بعد ایک ڈول گرم گرم پانی نالی میں گرائیں تو تمام چکنائی دور ہو جائے گی۔

### ایجنسی کے خواہشمند توجہ فرمائیں:

ملک بھر سے "ماہنامہ معقری" کی ایجنسی حاصل کرنے کے خواہشمند اور موجودہ ایجنسی ہولڈر معاملات طے کرنے اور اپنی ذمہ داریاں کیلئے اس پتہ پر رابطہ فرمائیں:

ادارہ اشاعت الخیر

حضور باغ روڈ، ملتان۔

فون: 061 4514929- 0300-7301239

### مہندی لگانے کے لیے

تھوڑی سی اہلی بھگو کر اس کے پانی میں مہندی گھولیں۔ آدھا گھنٹہ بعد لگائیں کافی رنگ چڑھ جائے گا۔ مہندی میں تھوڑا سا تیل ملائیں اور تین چار لوگ پیس کر ڈال دیں۔ پانی میں گھول کر ایک دو گھنٹہ رکھیں پھر لگائیں، تیز رنگ آئے گا۔ مہندی تازہ سبز رنگ لیں۔ پرانی سیاہی مائل مہندی میں رنگ نہیں آتا۔ چاہے جتنی کوشش کریں۔

### بچی بڑھ کر لے کر دیا

اگر بچی مسلسل آ رہی ہو تو تھوڑا سا نمک چاٹ لیں اگر اس کے باوجود بچی بند نہ ہو تو پانی پی لیں اس طریقے سے عموماً بچی بند ہو جاتی ہے ایک اور نوٹ یہ ہے کہ پیاز کا اوپر والا چھلکا اتار کر اسے باریک پیس لیں اور نمک لگا کر کھائیں بچی بند ہو جائے گی۔

### کیمین سے محبت حاصل کریں

اگر آپ کے گھر میں بہت زیادہ کھیاں ہوں تو آپ فرش پر خشک فیٹائل چمڑکیں اور فیٹائل کے پانی میں کپڑا بھگو کر فرش پر پھیریں کھیاں کم ہو جائیں گی ایک اور نوٹ یہ ہے کہ چائے کی استعمال شدہ پتی کو جلا کر کمرہ میں دھونی دیں اور کمرے بند کر دیں کھیاں نہیں آئیں گی۔

### بڑے کے جوتوں کی چمک دینے کے لیے

چمڑے کے جوتوں کو بہت حفاظت کی ضرورت ہوتی ہے تاکہ وہ زیادہ عرصے چل سکیں اور ان کی ظاہری حالت اور چمک دیکر برقرار رہے۔ ہر بار جب آپ کسی بھی رنگ کے چمڑے کے جوتوں کو پالش کرنے لگیں تو برش پر پٹرولیم جیلی یا کیبٹر آئل لگا کر پالش کریں اس طرح جوتے نہ صرف چمکدار ہو جائیں گے بلکہ چمڑا بھی خشک ہونے سے اور پھٹنے سے محفوظ رہے گا۔

### گلدانوں کے پھول صاف کرنے کا طریقہ

گلدانوں میں لگائے جانے والے کپڑے کے مصنوعی پھول گردوغبار کی وجہ سے بہت میلے ہو جاتے ہیں انہیں پہلے



(مولانا محمد الیاس ندوی)

گزشتہ سال اخبارات میں ہم میں سے اکثروں نے یہ حیرت انگیز خبر پڑھی تھی اور اس کی تصویر بھی دیکھی تھی کہ ایک عورت نے ایک ایسے بچہ کو جنم دیا جس کے دوسرے تھے اور چار آنکھیں اور کمر سے نیچے جسم کا پورا حصہ نارمل اور ایک عام انسان کی طرح تھا جس کی وجہ سے ان کو جڑاوا بھی نہیں کہا جاسکتا تھا۔ دنیا کے ہر ملک میں اور ہر سال بلکہ ہر ماہ وقفہ وقفہ سے قدرت کے ان ناقابل دید مناظر کا مظاہرہ ہوتا رہتا ہے۔ کوئی دنیا میں اس طرح آتا ہے کہ اس کی ناک باقی کی سونڈ کی طرح باہر نکل ہوتی ہے تو کسی کی ناک ہی نہیں ہوتی۔ کسی کا سر کھلونے کی گڑیا کی طرح اتنا چھوٹا ہوتا ہے کہ دور سے دیکھنے پر بے سر کا جسم معلوم ہوتا ہے تو کسی بچہ کا سر اتنا بڑا کہ چالیس پچاس سال کے اڈیٹر عمر کا انسان اور یہ سب نقائص ایسے ہوتے ہیں کہ لاکھوں نہیں کروڑوں روپے خرچ کرنے پر بھی اس کا علاج نہیں کیا جاسکتا اور نہ اس عیب کو دور کیا جاسکتا ہے۔ دراصل اللہ تعالیٰ جو احسن الخالقین ہیں ان حیرت انگیز شکلوں میں اپنے بعض بندوں کو اس لیے پیدا فرماتے ہیں کہ اس کے دوسرے بندے ان کو دیکھ کر اپنے اوپر اللہ کی طرف سے ہونے والی نعمتوں اور حسن تخلیق کے احسان کو یاد کریں اور اس پر اسی کا شکر ادا کرتے رہیں کہ اس کی بے عیب ذات نے بغیر کسی درخواست و التجا اور بغیر کسی استحقاق کے ہمیں اور ہماری اولاد کو بے عیب پیدا کیا۔ اس طرح کہ نہ ہمارے جسم کو کوئی عضو معطل ہے اور نہ آنکھ اندر دھنسی ہوئی ہے، نہ دانت باہر نکلے ہوئے ہیں اور گال پچکے ہوئے ہیں، نہ سر اتنا بڑا ہے کہ بچے دیکھ کر ڈر جائیں اور نہ اتنا چھوٹا ہے کہ لوگ مذاق اڑائیں، نہ قد بیون کی طرح چھوٹا ہے اور نہ اتنا لمبا اور عیب دار کہ راستہ چلنے والوں کے لیے ہم تماشا بن جائیں۔ جب کہ اس طرح کے تمام عیوب و نقائص کے لوگ نہ صرف ہمارے درمیان موجود ہیں بلکہ وقفہ وقفہ سے ایسے لوگ ہمیں دیکھنے کو بھی مل جاتے ہیں، اس معاملہ میں نہ صرف تنہا ہم پر اللہ کا احسان و کرم ہے بلکہ ہمارے والدین، بیوی بچوں اور بھائی بہنوں پر بھی۔ اگر اللہ چاہتا تو ہمارے بیوی بچوں اور بھائی بہنوں میں سے کسی کے اندر یہ نقائص و عیوب پیدا

اَللّٰهُمَّ اَنْتَ حَسَنْتَ خَلْقِيْ فَحَسِّنْ خُلُقِيْ

گرمی کی جلن سوزش جب جسم میں بڑھ جاتی ہے تو پھر سانس کا پھولنا، سرچکنا ہاتھ پاؤں میں جلن اور تپش منہ کی خشکی، آنکھوں کے سامنے اندھیرا، دل ڈوب جانا، بھوک ختم، چہرہ کارنگ سیاہ ہو جانا اور حلقے پڑ جانا قبض، بلند پریشربائی، نیند میں بے چینی اور کمی، چونک اٹھنا، سونے کے بعد بھی جسم ٹوٹا ٹوٹا رہنا حتیٰ کہ نو جوانوں میں قطرے، جریان احتلام وغیرہ عورتوں میں لیکوریا اور دیگر امراض ان تمام کے لیے ٹھنڈی مراد صدیوں سے آزمودہ دوا ہے۔

کچھ عرصہ مستقل استعمال کرنا ہمیشہ کے لیے فائدہ مند ہے

1/2 سے ایک چمچ چھوٹا دودھ کی لسی کے ہمراہ دن میں 3 سے 5 بار..... فی ڈلی۔ 100 روپے علاوہ ڈاک خرچ۔

(۴) سیدھی کھڑی ہو جائیں۔ پیروں کے درمیان ایک فٹ کا فاصلہ رکھیں۔ ہاتھ پہلوؤں پر ہوں۔ اب دونوں ہاتھوں کو آگے پیچھے جھلائیں۔ پہلے ایک منٹ تک آگے سے پیچھے کی طرف اور پھر دوسرے منٹ میں پیچھے سے آگے کی طرف جھلانا چاہئے۔

کہ دونوں آنکھوں کے آنسو اس کے رخساروں پر گرے۔ اور ابلیس  
 مسکراہٹ چہرے پر آئی۔ سورۃ یٰسٰ پڑھنے سے پہلے وہ بچارہ بہت ہی  
 مشکل میں تھا اور پھر اللہ پاک نے اپنے کلام کی برکت سے زرع کی سختی  
 اس پر آسان کر دی۔  
 ہوائی سفر کے دوران اثرات:- چند سال قبل ملتان سے کراچی  
 نوکر طیارے پر روانگی ہوئی۔ نصف گھنٹہ بعد ایک سخت طوفان نے  
 ہمارے طیارے کو گھیر لیا۔ نوکر طیارہ ہلکا ہونے کی وجہ سے ہلکے لے کھارہا  
 تھا۔ اور ہر مسافر پریشان تھا۔ چنانچہ میں نے سورۃ یٰسٰ پڑھنی شروع کر  
 دی۔ سخت آندھی ہمارے طیارے کو بندوستان لے گی۔ وہاں سے  
 وارنٹنگ گنل ملنے پر پائلٹ نے واپسی کا رخ کیا اور ہم واپس بغیر ملتان  
 پہنچ گئے۔ اللہ تعالیٰ نے اپنے کلام کی برکت سے ہمیں واپس اپنے  
 گھر میں پہنچایا اور نہ کوئی بھی حادثہ ہو سکتا تھا۔

# القہار کے زبردست کمالات اور صفات

## ﴿القہار﴾

﴿زبردست﴾ (عدد = ۳۰۶)

قہار وہ ذات ہے جو اپنے بڑے بڑے دشمنوں کی کمر، ہمت توڑ دے بلکہ ہر موجود اس کے زور کے تابع اور قبضہ میں عاجز ہو۔ (امام غزالی)

جو شخص اللہ تعالیٰ کی قہاریت کا مطلب سمجھ لے گا وہ ہمیشہ اللہ تعالیٰ کے قہر سے لرزاں ہوگا، اور خوف الہی سے مجبور ہو کر اس کی بارگاہ میں لطف و کرم کی التجا کرے گا۔ (شیخ عبدالحق محدث دہلوی)۔ بندے میں قہارت یہ ہے کہ حق مخالف طاغوتی قوتوں کو پاش پاش کر دے۔ باطل پرستوں کے لیے اس کا وجود پیغام موت ثابت ہو، زر پرست، جاہ کے طلب، دنیا کے دلدادہ، ملک گیری و استعمار پرستی کی ہوس میں چور، اللہ تعالیٰ کی محبت سے دور رہنے والوں کو دنیا میں چین سے نہ بیٹھنے دے (سوائے شریعت کے مستثنیہ مواقع کے) علاوہ ازیں اپنے نفس کی خواہشات پر پورا پورا تسلط حاصل ہو۔ اس کی کوئی حرکت عقل و نقل کے خلاف نہ ہونے پائے اور ”رضائے مولیٰ از ہمہ اولیٰ“ کا مصداق ہو جائے۔ ”واللہ الموفق والمعين“ (حضرت لاہوری)

## اورادو وظائف

جو کوئی اس اسم پاک کو بہت پڑھتا ہے حق تعالیٰ دنیا کی محبت اس کے دل سے اٹھا دیتا ہے اور خاتمہ اس کا بخیر ہوتا ہے۔ اور حق تعالیٰ اس کے دل میں محبت و شوق پیدا فرمادیتا ہے۔

**حب دنیا سے نجات :-** ہر ہم کے لیے اس کو سو بار پڑھے ہم اس کی آسان ہوگی۔ اگر اس پر مداوت کرے دنیا کی محبت اس کے دل سے جاتی رہے۔

**برائے مقہوری اعداء :-** اگر مقہوری اعداء کی نیت سے صبح کی سنت و فرض کے درمیان سو بار پڑھے تو دشمن اس کے مقہور ہوں۔

**ہلاکت اعداء :-** شرف مرغ میں لوح بنا کر پاس رکھے تو کوئی اس پر غالب نہ آئے اگر لوح سامنے رکھ کر خلوت میں اسم پاک ”یا قہار“ کا ورد کسی ظالم کے لیے کرے تو وہ ہلاک ہو۔ عمل شرعاً عاجز ہو تو کرے۔

## حفاظت از شرف نفس :-

مریدوں اور اہل ریاضت کے لیے بہت ضروری ہے۔ نفس ان کا مغلوب رہتا ہے۔ شہوت سے حفاظت رہتی ہے۔

**برائے دفع سحر :-** اگر کوئی شخص محرکی وجہ سے عورت پر قادر نہ ہو یہ اسم پاک چینی کے برتن پر لکھ کر اس شخص کو دھو کر پلایا جائے انشاء اللہ سحر دفع ہوگا۔

**حل مشکلات :-** اگر کوئی سخت مہم درپیش ہو تو سات روزے رکھے، ہر روز ظہر کی نماز پڑھ کر گیارہ ہزار مرتبہ ”یا قہار“ پڑھے مگر اول آخر یہ درود شریف ایک ایک مرتبہ پڑھے۔

﴿اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ سِرًّا وَجَهْرًا﴾  
﴿اللَّهُمَّ صَلِّ عَلَى مُحَمَّدٍ فِي الْأَوَّلِينَ وَلَا

خَيْرِينَ فِي الْمَلَاءِ الْأَعْلَى إِلَى يَوْمِ الدِّينِ﴾  
اور اسم پاک کو پڑھنے کے دوران ہر تیج کے ختم پر خیال کرے کہ ایک بجلی نے آسمان سے گر کر دشمن اور اس کی ساری کائنات کو جلا دیا ہے۔ انشاء اللہ دشمن جلدی ذلیل ہوگا اور اگر کوئی دشمن مقابل نہیں ہے تو ہر ایک تیج کے اختتام پر یہ تصور جمائے کہ آسمان سے آگ نازل ہوئی اور جس طرح نمودی آگ نے حضرت ابراہیم خلیل اللہ کی بیڑیاں اور لوہے کا طوق جلا دیا تھا اسی طرح اس آگ نے میری مشکل کے بند جلا کر خاک کر دیے۔ یہ عمل سات روز جاری رکھے انشاء اللہ سات دن کے اندر اندر وہ مشکل کتنی ہی سخت کیوں نہ ہو حل ہو جائے گی۔ چونکہ یہ اسم پاک جلائی ہے اس لیے اس عمل کے دوران خصوصی احتیاط کی جائے۔ پڑھنے والا صرف جو کی روٹی کھائے۔ ختم پڑھنے والا صغیرہ کبیرہ گناہوں سے بچے، تمباکو نوشی نہ کرے، پیاز لہسن، ہولی وغیرہ کوئی چیز نہ کھائے ورنہ عمل کی رجعت ہوگی۔

**امراض اطفال :-** اگر کوئی بچہ شیر خوار نہایت دبلا ہو جیسے اکثر ام الصبیان کی وجہ سے بچوں کو سوسا لگ جاتا ہے تو آدھ کلو سرسوں کا تیل لیکر سامنے رکھا جائے اور قبلہ رو با وضو ہو کر ایک ہزار مرتبہ ”یا قہار“ پڑھ کر تیل پر دم کر دیا جائے۔ (بقیہ صفحہ نمبر ۱۴ پر)

## فیثنی عینک لگانے کے نقصانات

### دائمی درد سر :-

ایک معالج نے اپنی معالجانہ زندگی کا واقعہ سنایا کہ ایک مریض دنیا جہان کے تمام علاج کر چکا لیکن اس کا درد سر ویسا ہی رہا۔ ایک دفعہ جب میرے پاس پہنچی تو اس کی عینک دیکھ کر خیال آیا کہ شاید اس کے دباؤ کی وجہ سے درد دور ہا ہو۔ لہذا میں نے اسے فوراً عینک چھوڑنے کا کہا۔ پہلے تو مریض حیران ہوا پھر جب اس نے عینک ترک کی تو اتفاقاً ہو گیا کیونکہ اس کی کمائیوں کی تختی کین بنی ہوئی تھی اس وجہ سے دماغ تک خون پہنچانے والی رگیں جاتی ہیں جب ان پر دباؤ پڑتا ہے تو اس کے اثرات فوراً نگاہ پر پڑتے ہیں اس لیے نگاہ کے لیے جیسے کو زیادہ سخت نہیں رکھا جاتا۔

**آنکھوں کے گرد حلقے :-** اس مرض کے لیے بے شمار اسباب ہیں لیکن ان اسباب میں سے ایک سبب یہ بھی ہے کہ فیثنی عینک کو مسلسل استعمال کیا جائے تو جہاں جہاں تک اس کے شیشوں کا حصار ہوتا ہے۔ وہاں تک داغ اور حلقے بن جاتے ہیں۔ اور مسلسل پھیلنا شروع ہو جاتے ہیں۔

**حسن نسواں پر اثر :-** موجودہ فرنگی تقلیدی دور میں خواتین نے نئے نئے فیشن کو اپنانے کے لیے مسلسل کوشاں و سرگرداں نظر آتی ہیں۔ عینک بھی اس فیشن کا اولین حصہ ہے۔ ایک خاتون کہنے لگیں کہ جب میں چشمہ لگاتی ہوں تو سر گھومنے لگ جاتا ہے۔ اور جھریاں پڑنا شروع ہو جاتی ہیں۔ یہ بات درست ہے کہ ایسا ہر کسی کو نہیں ہوتا لیکن ہر اس چیز کو جو کہ واقعی جسم کی ضرورت نہ ہو کسی نہ کسی نقصان کا ضرور باعث بنتی ہے۔

(بحوالہ طبی تجربات و مشاہدات، صفحہ نمبر ۱۷)

## گیلا (Banana)

(۱) خون کی کمی کے مریضوں کے لیے کیلا انتہائی مفید ہے۔ (۲) کیلے کی ہڈی ہوئی چھلی کھانے سے مرض نیکوریا میں بہت فائدہ ہوتا ہے۔ (۳) کیلے کے چھال ۳۰ گرام رس پلانے سے زکاء ہوا پیشاب، بحال ہو جاتا ہے۔ (۴) گرمی کی شدت میں پیاس بجھانے کے لیے کیلے کا استعمال مفید ہے۔ (۵) ایسے دم یا سوزش جو گرمی کی وجہ سے ہوں ان پر کیلے کے پتے باندھنے سے فائدہ ہوتا ہے۔ (۶) کسیر آنے کی صورت میں کیلے کے تنے کا رس سونگھنے سے کسیر بند ہو جاتی ہے۔ (۷) جن لوگوں کو پیشاب میں جلن یا سوزش ہو وہ کیلے کے تنے کا پانی استعمال کریں۔ (۸) صفراوی امراض کے لیے کیلے کا استعمال بہت مفید ہے۔

## پر سکون زندگی

اگر کوئی شخص رات کو سونے سے پہلے (سورۃ الجن) ایک مرتبہ پڑھے گا اور اس معمول پر مداومت اختیار کرے گا تو اللہ تعالیٰ کے فضل و کرم سے ایک پرسکون زندگی گزارے گا۔ اور کبھی کسی غم یا فکر میں مبتلا نہ ہوگا۔ (مرسلہ: ماسر مہایوب۔ لیتھو اتونسہ ذیرہ غازی خان)

## عبری آپ کے شہر میں

کراچی - ریسرچر ایجنسی کا ہب 0333 2168390

پشاور - محکمہ ریسرچر ایجنسی کا ہب 0300 9595273

راولپنڈی - محکمہ ریسرچر ایجنسی کا ہب 051 5509194

لاہور - تحقیق ریسرچر ایجنسی کا ہب 042-7236688

سیالکوٹ - محکمہ ریسرچر ایجنسی کا ہب 0524-598189

ملتان - ریسرچر ایجنسی کا ہب 0300-7388662

رحیم یار خان - امانت علی اینڈ سنز 068-5872626

علی پور - ملک پور اینڈ سنز 0333-7674484

خانیوال - طاہر شیشی مارت

ذیرہ غازی خان - عمران نیوز ایجنسی 064-2017622

جھنگ - عتیق شاہ صاحب 0304-3410861

حاصل پور - گلزار صاحب نیوز ایجنٹ 062-2449565

درگاہ پاکپتن - شیخ عتیق صاحب 0457-374452

منظر گڑھ - انور نیوز ایجنسی 066-2413121

گجرات - محمد اقبال صاحب ، حذیفہ اسلامی کتب ہاؤس

سکسٹریٹ - خالد بک سنٹر مسلم بازار 0333-8421027

بہاولنگر چشتیاں - حافظہ انور صاحب 0632-508841

شورکوٹ کینٹ - مدد خان اکرم صاحب 0333-7685578

بہاولپور - ذہن نیوز ایجنسی 0300-6825135

پور نیوالہ - منیرہ ناز ڈی ہالک 0300-7591190

وہاڑی - فاروق نیوز ایجنسی ٹیکسٹ سٹور 0333-8005921

بھیرہ شریف - شیخ ناصر صاحب نیوز ایجنٹ 0301-6799177

ٹوبہ ٹیک سنگھ - ملک محمد نواز 0462-515706

وزیر آباد - شاہد نیوز ایجنسی 0345-6892951

ڈسکہ - نایاب نیوز ایجنسی 0300-6430315

حیدر آباد - انیس نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0300-3037026

سکسٹریٹ - الحق نیوز ایجنسی مہراں مرکز 071-5613548

کونسل - غلام نیوز ایجنسی اخبار مارکیٹ 0333-7812805

انگل - نعیم شمس الدین صاحب 0301-5514113

ملیسی - امتیاز احمد صاحب ، الوداع نیوز ریسٹورنٹ 0321-7982550

خان پور - چوہدری فقیر محمد صاحب ، انیس بک ڈپو 068-5572654

واہ کینٹ - حبیب اللہ بریری اینڈ بک ڈپو ایسٹ مل چوک 0514-543384

فیصل آباد - ملک کاشف صاحب ، نیوز ایسٹ اخبار مارکیٹ 0300-6698022

صادق آباد - عامر صاحب ، چوہدری نیوز ایجنسی 068-5705624

بھکر - ممتاز صاحب ، نیوز ایجنٹ چشتی چوک 0300-7781693

گوجرانوالہ - حیات الدین صاحب ، نیوز ایجنٹ ایسٹ چوک 0554-710430

گوجرانوالہ - رحمن نیوز ایجنسی 0300-6422516

جہانیاں - حافظہ ناز صاحب ، جہانیاں کاشف ہاؤس اور سنٹر 0308-7604603

کوٹ ادو - عبداللہ صاحب ، اسلامی نیوز ایجنسی 0333-6008515

منڈی بہاؤ الدین - آصف بیگم اینڈ فریم سنز 0456-504847

احمد پور شرقیہ - بخاری نیوز ایجنسی 0302-8674075

## اتباع سنت علیہ السلام کی برکات

حضور اقدس ﷺ کی ایک ایک سنت اس ساری دنیا سے زیادہ قیمتی ہے۔ اللہ بھلا کرے تبلیغ والوں کا۔ انہوں نے اللہ کے راستے میں نکل کر ہمیں سنت رسول ﷺ کی قدر سکھائی۔ ورنہ میں تو خاص کر بالکل ہی اندھیرے میں تھا۔ جب میں نے سنت مطریتہ پر علاج کی کوشش کی۔ تو باری تعالیٰ کی مدد ہاتھوں ہاتھ آئی۔ اللہ پاک ہمیں حضور اقدس ﷺ کی سنتوں کی قدر کرنے والا بنادے۔ چند واقعات جو حقیقت ہیں۔ میرے ساتھ پیش آئے ہیں۔

**میرے لڑے کا زخمی ہونا:**

میرا ایک لڑکا سڑک کے حادثے میں شدید زخمی ہو گیا۔ اس کا آدھا سر کھلا گیا اور اس کو مرگی کے دورے شروع ہو گئے۔ ڈاکٹروں نے دماغ کا بڑا آپریشن تجویز کیا۔ میں تھوڑی دیر کیلئے ہسپتال سے نکلا، صدقہ کیا، دو رکعت نماز پڑھی اور دعا کی۔ اس عمل میں تقریباً آدھا گھنٹہ لگ گیا۔ جب میں واپس ہسپتال پہنچا تو مرگی کے دورے ختم ہو چکے تھے، آپریشن ملتوی کر دیا گیا اور اللہ پاک نے بغیر آپریشن کے میرے لڑکے کو شفا یاب کر دیا۔

**آیت کریمہ کا اثر:**

ہمارے ایک پروفیسر کی ہمشیرہ کو چھ ماہ سے بخار تھا دنیا کے ہر قسم کے میٹ کروائے اور ادویات بھی بچھلے چھ ماہ سے استعمال کروا رہے تھے۔ مگر بخار سے افاقہ نہیں ہو رہا تھا۔ بی بی میرے وارڈ میں داخل ہوئی۔ میں نے اسے آیت کریمہ پڑھنے کا کہا اور بی بی کو بتایا کہ دو اس وقت تک اثر نہیں کرے گی۔ جب تک اللہ پاک کا حکم نہ ہوگا اور اللہ پاک کی رحمت کو متوجہ کرنے کا یہی طریقہ ہے۔ پہلے تو بی بی نے پڑھنے سے پس و پیش کیا۔ مگر جب بخار نے تنگ کیا تو دن رات آیت کریمہ ”لا الہ الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین“ کا ورد شروع کیا۔ اللہ پاک نے اپنے اس کلام کی برکت سے بی بی کو سات دن کے اندر شفا دے دی۔

حضور اقدس ﷺ کی ایک ایک سنت اس ساری دنیا سے زیادہ قیمتی ہے۔ اللہ بھلا کرے تبلیغ والوں کا۔ انہوں نے اللہ کے راستے میں نکل کر ہمیں سنت رسول ﷺ کی قدر سکھائی۔ ورنہ میں تو خاص کر بالکل ہی اندھیرے میں تھا۔ جب میں نے سنت مطریتہ پر علاج کی کوشش کی۔ تو باری تعالیٰ کی مدد ہاتھوں ہاتھ آئی۔ اللہ پاک ہمیں حضور اقدس ﷺ کی سنتوں کی قدر کرنے والا بنادے۔ چند واقعات جو حقیقت ہیں۔ میرے ساتھ پیش آئے ہیں۔

**میرے لڑے کا زخمی ہونا:**

میرا ایک لڑکا سڑک کے حادثے میں شدید زخمی ہو گیا۔ اس کا آدھا سر کھلا گیا اور اس کو مرگی کے دورے شروع ہو گئے۔ ڈاکٹروں نے دماغ کا بڑا آپریشن تجویز کیا۔ میں تھوڑی دیر کیلئے ہسپتال سے نکلا، صدقہ کیا، دو رکعت نماز پڑھی اور دعا کی۔ اس عمل میں تقریباً آدھا گھنٹہ لگ گیا۔ جب میں واپس ہسپتال پہنچا تو مرگی کے دورے ختم ہو چکے تھے، آپریشن ملتوی کر دیا گیا اور اللہ پاک نے بغیر آپریشن کے میرے لڑکے کو شفا یاب کر دیا۔

**آیت کریمہ کا اثر:**

ہمارے ایک پروفیسر کی ہمشیرہ کو چھ ماہ سے بخار تھا دنیا کے ہر قسم کے میٹ کروائے اور ادویات بھی بچھلے چھ ماہ سے استعمال کروا رہے تھے۔ مگر بخار سے افاقہ نہیں ہو رہا تھا۔ بی بی میرے وارڈ میں داخل ہوئی۔ میں نے اسے آیت کریمہ پڑھنے کا کہا اور بی بی کو بتایا کہ دو اس وقت تک اثر نہیں کرے گی۔ جب تک اللہ پاک کا حکم نہ ہوگا اور اللہ پاک کی رحمت کو متوجہ کرنے کا یہی طریقہ ہے۔ پہلے تو بی بی نے پڑھنے سے پس و پیش کیا۔ مگر جب بخار نے تنگ کیا تو دن رات آیت کریمہ ”لا الہ الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین“ کا ورد شروع کیا۔ اللہ پاک نے اپنے اس کلام کی برکت سے بی بی کو سات دن کے اندر شفا دے دی۔

حضور اقدس ﷺ کی ایک ایک سنت اس ساری دنیا سے زیادہ قیمتی ہے۔ اللہ بھلا کرے تبلیغ والوں کا۔ انہوں نے اللہ کے راستے میں نکل کر ہمیں سنت رسول ﷺ کی قدر سکھائی۔ ورنہ میں تو خاص کر بالکل ہی اندھیرے میں تھا۔ جب میں نے سنت مطریتہ پر علاج کی کوشش کی۔ تو باری تعالیٰ کی مدد ہاتھوں ہاتھ آئی۔ اللہ پاک ہمیں حضور اقدس ﷺ کی سنتوں کی قدر کرنے والا بنادے۔ چند واقعات جو حقیقت ہیں۔ میرے ساتھ پیش آئے ہیں۔

**میرے لڑے کا زخمی ہونا:**

میرا ایک لڑکا سڑک کے حادثے میں شدید زخمی ہو گیا۔ اس کا آدھا سر کھلا گیا اور اس کو مرگی کے دورے شروع ہو گئے۔ ڈاکٹروں نے دماغ کا بڑا آپریشن تجویز کیا۔ میں تھوڑی دیر کیلئے ہسپتال سے نکلا، صدقہ کیا، دو رکعت نماز پڑھی اور دعا کی۔ اس عمل میں تقریباً آدھا گھنٹہ لگ گیا۔ جب میں واپس ہسپتال پہنچا تو مرگی کے دورے ختم ہو چکے تھے، آپریشن ملتوی کر دیا گیا اور اللہ پاک نے بغیر آپریشن کے میرے لڑکے کو شفا یاب کر دیا۔

**آیت کریمہ کا اثر:**

ہمارے ایک پروفیسر کی ہمشیرہ کو چھ ماہ سے بخار تھا دنیا کے ہر قسم کے میٹ کروائے اور ادویات بھی بچھلے چھ ماہ سے استعمال کروا رہے تھے۔ مگر بخار سے افاقہ نہیں ہو رہا تھا۔ بی بی میرے وارڈ میں داخل ہوئی۔ میں نے اسے آیت کریمہ پڑھنے کا کہا اور بی بی کو بتایا کہ دو اس وقت تک اثر نہیں کرے گی۔ جب تک اللہ پاک کا حکم نہ ہوگا اور اللہ پاک کی رحمت کو متوجہ کرنے کا یہی طریقہ ہے۔ پہلے تو بی بی نے پڑھنے سے پس و پیش کیا۔ مگر جب بخار نے تنگ کیا تو دن رات آیت کریمہ ”لا الہ الا انت سبحانک انی کنت من الظالمین“ کا ورد شروع کیا۔ اللہ پاک نے اپنے اس کلام کی برکت سے بی بی کو سات دن کے اندر شفا دے دی۔

(بقیہ صفحہ 33 پر)

بے حد اعتقادی بربادی ہے اور نکتہ چینی بد نصیبی۔ (حضرت امام جعفر صادقؑ)

ہو جائے۔ کوشش کے باوجود پانچ وقت کی نماز یکسوئی کے ادا نہیں کر پاتا۔ کبھی دین کی طرف رجحان بڑھ جاتا ہے لیکن کبھی بے کیفی سی طاری ہو جاتی ہے۔ میں اللہ تعالیٰ سے تعلق کو بڑھانا چاہتا ہوں اور روحانی صلاحیتوں میں بھی اضافے کا خواہشمند ہوں۔

جواب:- نماز کی پابندی کریں اور ہر نماز کے بعد تیسرا کلمہ گیارہ بار پڑھا کریں۔ علاوہ ازیں رات کو سونے سے پہلے گیارہ بار درود شریف اور ایکس بار آیت کریمہ پڑھ کر آنکھیں بند کر کے بیٹھ جائیں اور یہ تصور کریں کہ تمام عالم ایک سمندر کی طرح ہے اور آپ اس سمندر میں ڈوبے ہوئے ہیں۔ سمندر کا تصور تقریباً پندرہ بیس منٹ قائم رکھیں۔ پھر سو جائیں۔

### دشمنوں نے مجھ پر کالام کرا دیا ہے

(عبدالباری.....جلال پور)

گزشتہ دو ماہ سے سخت بیمار ہوں۔ علاج کر رہا ہوں لیکن فائدہ نہیں ہے۔ سر کے بال تک بیماری کی وجہ سے گر رہے ہیں۔ مجھے یوں لگتا ہے کہ دشمنوں نے مجھ پر کالام کرا دیا ہے۔ مجھے اس سے بچاؤ کا طریقہ بتائیں۔ دوسرا مسئلہ والد کا ہے، جو بہت سخت اور غم پسند ہیں۔ انہوں نے کبھی بھی والد ہونے کا حق ادا نہیں کیا۔ خرچ کے لیے معمولی رقم تک نہیں دیتے۔ اگر کبھی کچھ پیسے مانگ لوں تو غصہ سے لال پیلے ہو جاتے ہیں اور برا بھلا کہنے لگ جاتے ہیں۔ بعض اوقات مارنا شروع کر دیتے ہیں۔ میں کئی کورسز کرنا چاہتا ہوں لیکن والد کی پابندی اور مالی مشکلات کا سامنا ہے۔ میری عمر بڑھ رہی ہے لیکن والد کو خیال نہیں ہے۔

جواب:- کالے علم کا خیال دوسرا ہے۔ درست تشخیص و علاج پر توجہ دیں اور ساتھ ساتھ صبح اور شام پانی پر سات بار سورۃ فاتحہ اور تین بار سورۃ حشر کی آیت نمبر 23 دم کر کے پی لیا کریں۔ والد صاحب کے سخت رویے کے لیے آپ نماز عشاء کے بعد سونے سے پہلے بسم اللہ شریف ایکس بار پڑھ لیا کر دونوں ہاتھوں پر دم کر کے ہاتھ چہرے پر پھیر لیا کریں۔

### پڑھائی سے دل اچاٹ ہو چکا ہے

(ج۔گ.....فصل آباد)

میں بی ایس سی کی طالبہ ہوں اور میری بھانجی قرآن پاک حفظ کر رہی ہے۔ ہم دونوں کے مسائل ایک جیسے ہیں۔ طبیعت میں حساسیت زیادہ ہے۔ ذرا سی بات پر حد درجہ

پریشان ہو جاتے ہیں۔ اعتماد اور یقین بھی برائے نام ہے۔ حافظے کا یہ حال ہے کہ اول تو سبق یاد ہی نہیں ہوتا اور اگر یاد ہو جائے تو بہت جلد ذہن سے نکل جاتا ہے۔ اسی لیے پڑھائی سے دل اچاٹ ہو چکا ہے۔ اچانک ڈپریشن سا ہونے لگتا ہے۔ آپ نے کسی کو ایک عمل بتایا تھا کہ نماز فجر کے بعد شرقی افق کو دیکھتے ہوئے جہاں صبح کی روشنی نمودار ہوتی ہے، پانچ یا سات بار سورۃ اخلاص پڑھ لی جائے اور دس منٹ روشنی کو دیکھا جائے۔ کیا سورۃ اخلاص پڑھنے کے بعد جو وقت باقی بچے، اس میں کوئی ورد کیا جائے یا خاموش رہا جائے۔ کیا یہ وظیفہ سورج طلوع ہونے سے پہلے کرنا ہے یا کسی قدر اندھیرے میں کرنا ہے؟ سورج یا تیز روشنی کو براہ راست دیکھنے کا کیا مطلب ہے۔ ان سب باتوں کی وضاحت کر دیں۔ کیا ہم اس وظیفہ پر عمل کر سکتے ہیں۔

جواب:- سورج طلوع ہونے سے پہلے افق پر ہلکی سی روشنی ظاہر ہوتی ہے صرف اس روشنی کو دیکھا جائے۔ جب سورج طلوع ہو جاتا ہے تو اس کے گرد روشنی بہت تیز ہوتی ہے نہ اسے دیکھا جائے اور سورج کے اوپر نگاہ ڈالی جائے۔ تیز روشنی یا سورج دیکھنے سے نقصان کا اندیشہ ہوتا ہے۔ لہذا اس سے بچا جائے۔ دس منٹ تک ہلکی روشنی کو دیکھنے کے دوران پانچ یا سات بار بتائی ہوئی سورۃ کو پڑھ لیا جائے اور باقی وقت صرف روشنی کو دیکھا جائے۔ آپ دونوں کو مذکورہ بالا عمل کرنے کی اجازت ہے۔ ہدایات کے مطابق عمل کیا جائے۔

### معمولی پریشانی وقتی دباؤ اور سردرد کا باعث بن جاتی ہے

(نورین رحمن.....پشاور)

میری عمر اکیس سال ہے۔ چودہ سال کی عمر میں نفسیاتی علاج کے سلسلے میں بجلی کے جھٹکے لگائے گئے۔ نفسیاتی طور سے تو ٹھیک ہو گئی لیکن شدید اعصابی کمزوری لاحق ہو گئی۔ بات کرتے ہوئے شدید زبردس ہو جاتی ہوں حتیٰ کہ بعض اوقات گھروالوں سے بھی بات نہیں کر سکتی۔ چہرے پر پسینہ آ جاتا ہے اور دل کی دھڑکنیں قابو سے باہر ہو جاتی ہیں۔ معمولی سی پریشانی، وقتی دباؤ اور سردرد کا باعث بن جاتی ہے۔ پڑھتے وقت اعصابی کمزوری کی وجہ سے ارتکا ز توجہ نہیں کر سکتی۔ امتحانات کے نزدیک پریشانی کی وجہ سے راتوں کی نیند اڑ جاتی ہے اور کارکردگی بری طرح متاثر ہوتی ہے۔ بچپن سے مختلف بیماریوں کا شکار رہی۔ کثیر دوائیں کھانے کی وجہ سے جسم میں گرمی پیدا ہو گئی ہے۔ غصہ زیادہ آتا ہے اور دل مرنے مارنے پر آمادہ ہو جاتا ہے۔

اچانک طبیعت پر گہری اداسی اور بے کیفی طاری ہو جاتی ہے اور دنیا قطعی بے حقیقت دکھائی دیتی ہے۔

جواب:- اسم ذات اللہ خوشخط لکھ کر کمرے میں آویزاں کر لیں اور رات سونے سے پہلے دس منٹ تک بغور دیکھا کریں۔ جب بھی فارغ ہوں، دل ہی دل میں اللہ کا ورد کیا کریں۔ نماز فجر کے فوراً بعد صبح کی ہلکی روشنی کو آسمان پر دس منٹ تک دیکھیں اور درمیان میں سات بار سورۃ اخلاص پڑھ لیا کریں۔ انشاء اللہ کثیر فوائد حاصل ہوں گے اور وقتی کمزوری سے نجات مل جائے گی۔

## دافع امراض دعائیں

ہر مرض کی دوا۔ خصوصاً ”غم“!

”لَا حَوْلَ وَلَا قُوَّةَ إِلَّا بِاللّٰهِ“

نوے امراض کی دوا ہے۔

شوکانی فرماتے ہیں۔ ”ظاہر ہے کہ یہ ذکر شفا ہے۔ عدد مذکور کی اصل میں یہ تمام امراض و علل کی دوا ہے۔ سب میں کم تر ہم (غم) ہے۔“ اس ذکر کی تکرار جان و تن کی ہر بیماری کو دور کرتی ہے۔ چنانچہ حضرت مجدد الف ثانی اس کو پانچ سو مرتبہ روز پڑھتا کرتے تھے اول آخر سو مرتبہ درود شریف کے ساتھ۔

### دفع تعب (تکان)

بستر پر جاتے وقت۔ سبحان اللہ، الحمد للہ، اللہ اکبر، ہر گز تین تیس بار اور اللہ اکبر پختیس پڑھیں اور جسم پر دم کریں۔ یہ عمل سیدہ فاطمہؓ کو حضور ﷺ نے بتلایا تھا جب آپ نے حضور ﷺ سے ایک خادمہ کی خواہش فرمائی تھی۔ حضرت علی مرتضیٰ فرماتے ہیں کہ ”یعنی میں نے اس کا پڑھنا کبھی ترک نہ کیا یہاں تک کہ جنگ صفین کی رات بھی نہیں۔“

شرعی فرماتے ہیں جو شخص اس عمل پر مواظبت کرے گا وہ اپنے جسم میں تھکن، درد اور دائمی محسوس نہ کرے اور اعمال شاقہ کا سامان ہو جائیں گے۔ یہ عمل مجرب ہے۔ بشرطیکہ یقین کامل ہو۔ آنحضرت ﷺ کا سوتے وقت معوذتین بار پڑھ کر ہاتھوں پر دم کر کے بدن پر تین بار پھیرنا اوپر مذکور ہو چکا ہے۔ یہ تمام درودوں کے لئے نافع ہے۔ باذن اللہ

(بحوالہ مایوس خاندانی مشکلات کا پرتا شیعرواحانی علاج، صفحہ نمبر 37)



(بقیہ: حضرت مالک بن دینار کی توبہ)

اور انہیں کہا کہ شیخ میں نے آپ سے پناہ مانگی تھی لیکن آپ نے نہیں دی۔ وہ بزرگ پھر معذرت کر کے کہنے لگے کہ میں کمزور آدمی ہوں لیکن اس پہاڑ پر چڑھ جاؤ وہاں پر مسلمانوں کی امانتیں ہیں۔ ہو سکتا کہ تیری بھی کوئی امانت وہاں موجود ہو جو تیری مدد کر سکے تو میں اس پہاڑ پر چڑھا جو چاندی سے بنا تھا اس میں جگہ جگہ سوراخ تھے اور غاروں پر پردے پڑے ہوئے تھے اور یہ غار سرخ سونے سے بنے تھے اور جگہ جگہ سوراخ تھے اور غاروں پر پردے پڑے ہوئے تھے اور جگہ جگہ ان میں یا قوت اور جواہرات جڑے ہوئے تھے اور سب طاقتوں پر پریشم کے پردے پڑے ہوئے تھے جب میں اڑوڑھے سے ڈر کر پہاڑ کی طرف بھاگا تو کسی فرشتے نے چیخ کر کہا پردے ہٹا دو طاقتے کھول دو، تو پردے اٹھ گئے اور طاق کھول دیئے گئے پھر ان طاقتوں سے چاندی کی رنگت جیسے چہروں والے بچے نکل آئے اور اڑوڑھا بھی میرے قریب ہو گیا۔ اب میں بڑا ہی پریشان ہوا تو کسی بچے نے چیخ کر کہا تمہارا استیاناں! دیکھ نہیں رہے ہو کہ دشمن اس سے کتنا قریب آچکا ہے چلو سب باہر آؤ پھر بچے فوج در فوج نکلتا شروع ہو گئے پھر میں نے دیکھا کہ میری وہ بچی جو مر چکی تھی وہ بھی نکلی اور مجھے دیکھتے ہی رو کر کہنے لگی واللہ! میرے والد! پھر وہ تیری طرح کوڈ کر ایک نور کے ہالے میں گئی اور میرے سامنے نمودار ہو گئی اور اپنا بایاں ہاتھ میرے دائیں ہاتھ کی طرف بڑھا کر اسے پکڑ کر کھڑی ہوئی اور دایاں ہاتھ اڑوڑھے کی طرف بڑھایا تو وہ الٹے پاؤں بھاگ گیا۔ پھر اس نے بٹھایا اور میری گود میں آ بیٹھی اور اپنا سیدھا ہاتھ میری دائرہ میں پھیرتے ہوئے کہنے لگی ابا جان! ”کیا اب بھی وہ وقت نہیں آیا کہ لوگوں کے دل اللہ کے ذکر کے لیے جھک جائیں“ (الحمد آیت نمبر ۱۶) اور رونے لگی، تو میں نے کہا کہ میری بچی! کیا تمہیں قرآن معلوم ہے۔ اس نے کہا کہ ہاں، ہم لوگ تم سے زیادہ جانتے ہیں۔ تو میں نے پوچھا کہ پھر اس اڑوڑھے کے بارے میں بتاؤ جو مجھے ہلاک کرنا چاہتا تھا۔ اس نے کہا کہ وہ آپ کے برے اعمال تھے جنہیں خود آپ نے طاقتور بنایا تھا۔ میں نے پوچھا کہ وہ بزرگ کون تھے۔ اس نے بتایا کہ وہ آپ کے اچھے اعمال تھے جنہیں آپ نے اتنا کمزور کر دیا تھا کہ وہ آپ کے برے اعمال کو دفع نہ کر سکے۔ میں نے پوچھا کہ میری بچی! تم لوگ اس پہاڑ میں کیا کرتے ہو! اس نے کہا ہم مسلمانوں کے معصوم بچے اسی میں رہتے ہیں اور قیامت ہونے تک رہیں گے ہم منتظر ہیں کہ تم کب ہمارے پاس آؤ اور ہم تمہاری شفاعت کریں۔

مالک بن دینار کہتے ہیں کہ میں خوفزدہ حالت میں بیدار ہوا اور میں نے شراب پھینک کر اس کے برتن توڑ دیئے اور اللہ سے توبہ کر لی یہ میری توبہ کا سبب بنا۔

## شادی میں رکاوت اور بندش ڈالنے کا جادو

**علامات :-** 1۔ دائمی سردرد (2) سینے میں شدید گھٹن کا احساس، خاص طور پر عصر کے بعد سے لیکر آدھی رات تک۔ (3) میگنٹر کو بد صورت منظر میں دیکھنا۔ (4) بہت زیادہ پریشان خیالی (5) نیند کے دوران بہت زیادہ گھبراہٹ۔ (6) کبھی کبھی معدے میں شدید درد۔ (7) پیٹھ کی غلی بڈیوں میں درد

**یہ جادو کیسے ہو جاتا ہے؟** کوئی کینہ پرور اور سازشی انسان پلید جادوگر کے پاس جاتا ہے اور اس سے مطالبہ کرتا ہے کہ فلاں آدمی کی بیٹی پر جادو کر دو تاکہ وہ شادی نہ کر سکے، جادوگر اس کا اور اس کی ماں کا نام اس سے پوچھ لیتا ہے، پھر اس کا کوئی کپڑا طلب کرتا ہے، اس کے بعد اس پر جادو کر دیتا ہے اور اس سلسلے میں ایک یا ایک سے زیادہ جنوں کی ڈیوٹی لگا دیتا ہے، سو یہ جن اپنی ڈیوٹی سرانجام دینے کے لئے اس عورت کا پیچھا کرنا شروع کر دیتا ہے۔ اگر اسے موقع مل جائے تو اس میں داخل ہو جاتا ہے، پھر اسے اس حد تک پریشان کرتا ہے کہ جو بھی اس کی منگنی کا بیٹیاں لیکر اس کے پاس جاتا ہے، وہ اس کی شادی کرنے سے فوراً انکار کر دیتی ہے اور اگر اس میں داخل ہونے کا موقع نہ ملے تو باہر باہر سے جن کی کوشش ہوتی ہے کہ ہر مرد کو اس عورت کے سامنے بد صورت ثابت کرے، اور خود اس عورت کو مردوں کے ذہنوں میں بد صورت عورت کے طور پر ثابت کرے، چنانچہ وہ عورت ہر مرد کے ساتھ شادی کرنے سے بلاوجہ انکار کر دیتی ہے، اور اگر کوئی مرد اس کے ساتھ شادی کرنے کے لئے تیار بھی ہو جائے تو شیطان اس کے دل میں مسلسل دوسوے ڈالتا ہے اور اسے اس سے بدظن کر دیتا ہے۔ اور ایسا بھی ہوتا ہے کہ اس عورت کے گھر میں جو شخص بھی اس عورت کے ساتھ شادی کرنے کی نیت سے داخل ہوتا ہے، اسے شدید گھٹن کا احساس ہوتا ہے اور اس کا گھرا سے بیل خانہ لگتا ہے، اس کے بعد وہ دوبارہ اس گھر میں داخل ہونے کا سوچ بھی نہیں سکتا۔

**اس جادو کا علاج :-** (1) مریض پر پہلی قسم میں مذکور دم والی آیت دوسو تیس پڑھیں، اگر اس پر مرگی کا دورہ پڑ جائے اور جن بولنے لگ جائے تو اس کے ساتھ اسی طریقے سے نمٹیں جو، حق تفریق، میں بیان کر دیا گیا ہے۔ (2) اگر اس پر مرگی کا دورہ نہ پڑے اور اس کے جسم میں کچھ تبدیلیاں رونما ہوں تو اسے مندرجہ ذیل تعلیمات دیں:

☆ وہ شرعی پردے کی پابندی کرے۔ ☆ نمازیں ان کے اوقات میں ادا کرنے پر ہمیشگی کرے۔ ☆ گانے اور موسیقی وغیرہ نہ سنے۔ ☆ سونے سے پہلے وضو کر لے اور آیت الکرسی کی تلاوت کرے۔ ☆ معوذات کی تلاوت کے بعد اپنی ہتھیلیوں میں پھونکے، پھر انہیں پورے جسم پر مل لے۔ ☆ ایک گھنٹے کی کیسٹ میں آیت الکرسی کو بار بار ریکارڈ کریں، جسے وہ روزانہ ایک بار سنتی رہے۔ ☆ ایک دوسری کیسٹ میں معوذات (اخلاص، اقلق، الناس) کو بار بار ریکارڈ کریں اور اسے بھی روزانہ ایک بار سننے کی اسے تلقین کریں۔ ☆ پانی پر دم کر کے اسے دے دیں، جس سے وہ ہر تیسرے دن پیتی اور غسل کرتی رہے۔ ☆ نماز فجر کے بعد 100 مرتبہ یہ دعا پڑھا کرے۔ (لَا إِلَهَ إِلَّا اللَّهُ وَحْدَهُ، لَا شَرِيكَ لَهُ، لَهُ الْمُلْكُ وَلَهُ الْحَمْدُ وَهُوَ عَلَى كُلِّ شَيْءٍ قَدِيرٌ) عورت ان تعلیمات پر مکمل ایک مہینہ عمل کرے، اس کے بعد انشاء اللہ اسے باقاعدگی شفا نصیب ہو جائے گی اور جادو ٹوٹ جائے گا، یا پھر اس کی تکلیف میں اضافہ ہو جائے گا، اگر ایسا ہو تو اس پر دوبارہ دم کریں، انشاء اللہ اسے مرگی کا دورہ پڑ جائے گا اور جن آپ کے ساتھ گفتگو شروع کر دے گا، پھر آپ اس سے اس طریقے کے مطابق نمٹ سکتے ہیں جس کا ذکر پہلے کیا جا چکا ہے۔

(بحوالہ کالی دنیا کالا جادو وظائف اولیاء اور سائنسی تحقیقات صفحہ نمبر 445 تا 447)



Experience the Excellence



# Nafees

## Bakeries & Restaurants

عقبقرى الحمد للہ ہر ماہ ہزاروں کی تعداد میں ملک کے کونے کونے میں قارئین متعارف کراتے ہیں، ممکن ہے اسکی کوئی بات آپ کے کام آجائے یا کسی کے روحانی یا جسمانی دکھ درد میں معاون ہو۔ اس لئے براہ کرم مطالعہ کے بعد اپنے کسی دوسرے بھائی کو دے دیجیے۔